



冬号

# SiEN



明けまして  
おめでと  
ございます



↑メンバーさん協力の下、なぎスタッフ手づくりの新潟風お雑煮で今年もスタート！

## 「やる気を伸ばす言葉」

訪問看護ステーションリゆう

所長 保健師 佐藤かずみ

先日、「子どものやる気を伸ばす言葉」という記事を目にしました。具体的には、頑張ったね！（認める）、やったね！（喜び）、すごいね！（尊敬）、楽しんで！（結果より過程）、いい経験になったね！（挑戦することが大事）：など。そして、子育てに迷走する親ほど口やかましい、とも書いてあり…。

ここまで読んで、あまりにも耳が痛すぎて苦しくなりました私。

昼間は訪問看護師として利用者さんのお宅におじやましていますが、家に帰れば四人の母親。年齢も性別も性格も違う子ども達に、日々振り回され、人間としての器の小ささを突き付けられ、結局は独りよがりなのに落ち込んだり、叱ってみたり。

もう少しこの言葉を使ってみようかと反省すると同時に、子どもに限らず、大人の自分が言われても嬉しい言葉だと気づきました。そして、なんだ、訪問の中では結構使っている言葉ではないか、とも。

新しいことを始める時、しんどいことを続けている時、迷い悩んでいる時、これでいいんだよ、大丈夫だよと声をかけられると、小さな自信となって、前に進んでみようと思えます。自己肯定感とは、人と人とのやりとりの中で育まれるのかな、とも思います。

とはいえ、まだまだ葛藤の日々、「子どものやる気を伸ばす言葉」は、今年の私の課題になりそうです。