

やる気人生 243

人間力 (134)

山本 紹之介

積極的に生きる 42

触育

五感には視覚・聴覚・嗅覚・味覚・触覚があります。これは母胎内にいるときから発達し始めます。妊娠後二カ月経てば、胎児はいちばん先に触覚を感じるのだそうです。

また人間は老化するに当たって次第に五感が衰え始め、個人差はありますが、耳が遠くなり、目が見えにくくなり、匂いを感じなくなり、味もわからなくなってくるようになります。触ったり、触れられたりしたとき、つまり触覚はいちばん感じ方が敏感なようです。人間は好きなものに触りたい。暖かさを感じたい。人と触れ合いたいなどの希望や欲望があります。ここでは教育上必要な触覚について考え、また触覚を深め強める教育、つまり「触育」が子どもの成長にとって大切だということ強調したいと思います。

ある人が言っていました。「もし父親が毎日一度でよいから我が子の頭を撫でることを続けられれば、非行少年は半減するだろう」と。この説には考えさせられます。子どもは自分の頭を誰かに撫でてもらうと自分のことを認められていると思うのでしょうか。

私が幼稚園に行って顔見知りの子どもの頭を撫でていると、わざわざ近寄ってきて撫でやすいように頭を私の前に突き出し、撫でる

と喜びの表情を浮かべて自分の席に戻っていき子どもがかなりあります。ついでに言いますと私の近くを通る子どもたちの前で手の平を前に出している、ほとんど百%の子どもの私の手の平に自分の手の平を当てていくのです。子どもたちはそのように人と触れ合いたいのだということがよく分かります。私のような爺さんの手の平にも接触したいのだなと思ひ、とてもうれしく感動します。人間は他の人と接触すると孤独から解放されるのか、想像以上に満足するようです。

最近テレビで知ったのですが、人間は自分の臨終が迫ってくると、誰かに自分の手を握ってほしいようです。手を握ってもらっている不安な気持ちで最期の瞬間を迎えられるそうです。それほど直接の触れ合いは人間にとって大切なものだと思います。

後ろから右か左かどちらかの肩に誰かが手を当て、次に両肩に手を当てると両肩に当たった時には全身の気持ち安らかになるのが実験で証明されています。

先日も幼稚園の運動会を参観に行きました。数十年前は同じ運動会には父親の姿は殆ど見られませんが、最近の運動会は殆どどの父親が参加されているようです。その時に親子が共に参加する演技がいくつか織り込まれています。父親の参加が非常に増えています。演技の種類によって違いですが、父親と手をつないだり、抱かれたり、おんぶされたり、肩車をしてもらったり、とにかく子どもと父親の接触が非常に増えているのです。とても和やかで温かくうれい風景です。子どもも一生この経験を忘れないでしょう。普段は父親と一緒に遊んでもらったり、ど

こかへ連れていってもらったりする経験が少ないのが一般的な傾向で、このように直接、父親と子どもが肌で触れ合い、体温を感じ合うような機会が増えてきたのは非常に教育上も喜ばしい状況だと思ひます。これによってお互いの愛情や信頼がますます深まるでしょう。子どもも順調に素直に育つでしょう。

このような親子の触れ合いにより教育効果を高めようとする試みは大いに歓迎すべきことではないでしょうか。このことを「触育」といいます。珍しい表現ですが、先日、私はヨガの指導と触育の指導をされている後藤有美先生からお聞きし、心に強く響いた言葉でした。そこで触育の具体的な例をいくつか挙げてみましょう。

- ふれる      なでる      さする
- あてる      さわる      こする
- にぎる      なでる      抱っこする
- 抱き締める      肩車をする
- おんぶする      ハグする      膝に乗せる
- 添い寝する      握手する

他にもあると思ひますが、どれか一つでも一日に最低一回は子どもと接触することをお考えください。それによって子どもは親の愛情を肌で感じ、幸せに思ひ、元気を出すのではないのでしょうか。母親は接触の機会が多いですが忙しい方は触育を深めてほしいです。

これは大人同士の人間関係でも、一層の親しみ、心の安定、信頼などを強めると思ひます。但し、相手や、時、場所によって気を付けねばならないのは勿論です。