

はじめに

この本を手にしていただき、ありがとうございます。

私は、千葉県我孫子市でピアノ個人教室を主宰しています。

子どものころの夢の一つがピアノの先生でした。

しかし、ピアノの先生になるには音大を卒業する必要があると思っていたので、「ピアノが弾ける幼稚園の先生になるう」と、幼稚園教諭と保育士の資格を取りました。

それがなぜか、最初に就職したのは知的障害児者福祉施設で、その利用者さんに教えはじめたのがきっかけで、ピアノの先生になることができました。

人生何があるかわからない。

そして、無駄なことなんて一つもない。

まさか、私が本まで出版することになるとは思いませんでした。

以前の私は自信があるように見えて、実は、不安をたくさん抱えていました。

強気でいても、本当は寂しかったし、怖がっていたのです。

そのうえ、とても短気で、不器用な子や弱気な子に対してイライラして、冷たく当たり、泣かせてしまいうこともありました。

そんな自分が本当に嫌いで、周りのみんなもこんな自分を好いてくれるとは思えませんでした。プライドが高く、さらに正義感から、妥協するとか、人に合わせるとかもせず……。

自分本位で、自分でも嫌になるほど不慣れた性格を持ち合わせていました。

不慣れた性格を持ちつづけていた私が、結婚し、子どもが生まれると、その性格はさらに狂暴化してきました。

それを旦那や子どものせいにして、産後半年ぐらいで離婚を考えるようになりました。

今なら、産後にほとんどのママが一度は離婚を考えると知ったので、笑い話になりますが、当時はとてもふさぎこんでいました。

子どもが1歳になるころには、少し落ち着きましたが、それでも1年の半分ぐらい……それ以上かも……旦那と喧嘩をして口をきかない時期が数カ月続くこともよくありました。

二人目を妊娠し、またあの産後の不安定な時期がきたら、今度こそ離婚までいきかねないと思った私。これでダメだったら、母子で生きていこう。

そんなふうに思つて学びはじめたのが【勇気づけ】です。

【勇気づけ】を学びはじめて、数年。

何より私自身が日々の生活を楽しく過ごせていること、そして、子どもたちがのびのび育っていること、旦那が笑っていることがあたりまえのようにあることに感謝できる私がいいます（いつもではありませんが）。

生きていればトラブルもありますし、これからも大きな壁はあると思います。

それでも、私は、必ずそれを乗り越えることができると知っています。

それは、私だからではなく、どんな困難なことでも、それを乗り越える力があるということを周りの人たちが私に教えてくれるからです。

【勇気づけ】はコミュニケーションスキルが上がるので、自分も相手も我慢することなく、人と関わることができるようになります。

詳しくは本編で書いていきますが、私は世の中の子どもたちがのびのびと、自信を持って、「自分はし

あわせだ」と思える、自立した大人になってもraitたいと思っています。

そのためには、まず、子どもに関わる大人がしあわせであることが必要不可欠だと考えます。

この本を読んでくれた方が、自分らしく輝きはじめたら、その人の周りにしあわせの波紋が広がって、一人でも多くの子どもがしあわせになってくれたら嬉しいなと思って書くことにしました。

忙しいなか、読書することは大変だと思っています。

まずは、あなたが今一番関心のある章からぜひお読みいただけたらと思います。

そして、ちょっと参考になったことやいいなと思ったものがあつたらすぐ実践してみてくださいね。
きつと何かが変わるはずですよ♪