

CONTENTS

はじめに 2

第1章 苦しむのせい

私とはいったい何者か 12

違うことが素晴らしい 17

分離意識の私 22

幸せとは 27

自分で決められる 32

思い込みから解放されよう 37

第2章 子育てで大切なこと

邪魔をしない

伝えて待つこと

横の関係を築く

ダメの呪い

子どもの完璧さを見る

家族は応援団

44

48

53

58

64

69

第3章 子どもを潰さない教育を

人は皆デコボコ

楽しいことや好きなことを伸ばす

求めよさらば与えられん

74

78

83

第4章 子育てのコツ

答えのその先が本当の学び

子どもの未来を狭めないために

子どもに全体性を教える

環境を整える工夫を

子どもは謎の生物

子ども仮面の中身

イライラしないコツ

それが当たり前になってもいいですか

自分の許可

88

93

98

104

109

114

119

124

128

第5章 子育てから学び よりよい未来を作る

子ども主体の育児で本来の自分へ

その都度自分に問いかける

飛び立とう

主婦が社会を変える

学び続ける

151 147 144 139 134

あとがき

155