

【タイトル】絆を育む非常識な子育てのすすめ

【概要】

本企画は、親と子との「見えない絆」を題材に、本当は確かな愛がそこにあるのにも関わらず、親が子を想う気持ちがいかにも間違っただけのメッセージとして子に伝わっているのか。

また、そのメッセージがきちんとした形で子に伝えられるようになることで、その子が想像を超える才能や豊かな人生を経験できるようになるのかを、筆者の体験をもとに読者のみなさまにお伝えし、みなさまがすぐに取り組めることを日常生活で試したり、ご自身の幼少期の思い込みのブロックを外していただくことで、今現在の自分を受け入れて新しい前向きな人生を歩み出す勇気を得られる内容です。10代と40代の自殺者が多い日本社会の悲しい現実がこの本により、明るく前向きな日本社会になるきっかけになると信じています。

【想定する読者ターゲット】

- 1 30代～50代の男女
- ② 子育てに辛さや戸惑いを感じている人
- ③ 自分の現状にもやもやしたり、人生に疑問を持っている人
- ④ 自分に自信がない、そのために対人関係において壁を感じやすい人

【構成案】

第1章 人が生まれて初めて持つ絆とその重要性

- ・誰もが経験する生まれた後の自分の意味づけ
- ・無力で生まれるからこそ、得られる孤独感と安心感
- ・絆の意味を忘れる旅路の始まり

第2章 親との関わりで描かれる人生ストーリー

- ・自分という人間への固定概念
- ・敢えて辛い幼少期を設定する理由
- ・過去は変えられないは半分本当、でも半分は嘘

第3章 絆を強くするために与えすぎは存在しない

- ・信じられないレベルの無条件の愛情
- ・現実の後からついてくるが分かった瞬間
- ・母からもらった最高の贈り物が世界の絆のもととなる

第4章 本当は存在する確かな絆に気づく方法

- ・親から条件付きの愛をもらってきた意味
- ・誰も悪くないのに、いつの間にか絆が切れてしまう理由
- ・いつからだって、誰だって繋ぎ直せる最強の絆

第5章 本来の自分を取り戻すことで生まれる3つの絆

- ・自分と自分の間の見えない絆
- ・自分と相手のゆるぎない信頼関係
- ・自分が自分の花を咲かせる環境

【サンプル原稿】

絆を育む非常識な子育てのすすめ

第1章 人が生まれて初めて持つ絆とその重要性

・誰もが経験する生まれた後の自分の意味づけ

人間以外の多くの動物が生まれながら様々な能力を兼ね備えている反面、どうして人間はまるっきり無力で生まれてくるのでしょうか？

それは、人間にしか経験できない目に見えない絆の醍醐味を味わうためです。

・無力で生まれるからこそ得られる孤独感と安心感

この世に生を受け、私たちが体験するのは、「自分だけでは生きていけない」という無力の怖さ、寂しさ、孤独感。10か月間もの長い期間、母親の子宮にふわふわ浮きながら安心感を得ていた私たちは、おぎゃーと産声をあげた瞬間から、一人の無力な人間としてこの世に存在します。そして、誰かの手助けなしでは生きられない。だから、生きるためには自分の存在の重要性よりも先に養育者(主に母親)の状態が何よりも大切な要素になるのです。

ママは笑っているかな？

ママは快適かな？

ママは寂しくないかな？

無意識レベルで、一番身近な大人の様子を感じ取る私たち。日々親からかけられる言葉、声のトーンから感じる感情の種類で自分の存在価値を常に母親や父親の言動や態度により推し量る幼少期。大人が思う以上に敏感に受け取り、その状態により自分の価値を日々アップデートまたはダウングレードしているのです。大人になり、気づいたときには自己価値が確定され、それにより目の前にある現実が決まっているとしたら？

・絆の意味を忘れる旅路の始まり

「ああ、私はまさに親から辛い言葉ばかり浴びていた。自分に自信がないのは、親からの冷たい態度や過度の干渉による抑圧のせいだ」と感じたあなたへ。

今この瞬間、実は長い長い旅路の終盤に来ていることに気づいてください。

絆の意味、ありがたさ、愛おしさは、まず一度失う、または欲する状況を経験しなくてはならないのです。初めから与えられたものへの感謝は薄くなるものです。

過去を思い出し胸が苦しくなるあなたは、まさに今その体験の意味を知ることになるでしょう。

本書は読み進めていくうちに、自分でも忘れていた心の奥底の想い、感情、時には抑えていた寂しさや怒りの感情を思い出し、それを受け止めることで手放しができ、生きづらかった人生が軽やかに生きやすい人生へと変容していく感覚を得られるようになっていきます。本来は幼少期に得たかった感情や安心感、自己価値感を大人になった今でも取り戻すことができますし、そのきっかけを与えてくれているのが大事な存在である子どもやパートナーなのです。目の前の相手の行動を表面的にしか見られない苦しい状態から、真の目で意味を捉え、すべては自分のために起こっていた必然であり、大切なプロセスだったとわかることで、感謝の気持ちに包まれ、なんとも言えない高揚感と安堵感に満たされることでしょう。その時気づくのです。実はしっかりとそこに絆があったことに。

現代の日本社会が抱える大きな問題の一つであるうつ病患者や自殺者の増加は、こうした心の目で見ることができない現状から起こっているものだと感じています。

物質的に豊かな日本で、心も豊かになることができるならば、真の豊かな日本になることでしょう。そうなったとき、人と人の絆がさらに強固なものとなり、その絆の強さが世界中に波及し、戦争や争いのない世界をつくることでしょう。
