

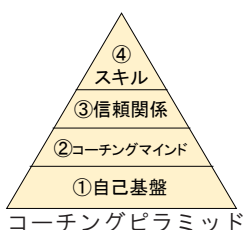
余裕・ゆとりがもたらすもの

ながれ

山田 恵 (やまだ めぐみ/元インターン生、東京都在住)

「(丸まって動かないダンゴムシを見て) このダンゴムシ、寝ちゃったのかな?」「どうして、今日はこんなに沢山、トンボが飛んでいるのかな?」我が家の3歳の息子との散歩中の会話です。子供は、日常にある小さなものに驚き、疑問を抱き、心を動かされる感受性を持っていることに気づかされます。

そんな3歳の息子は、オムツ卒業に向けて絶賛トイレトレーニング中。トイレでの排泄に成功する日もあれば、「オムツがいい!」と言ってパンツを拒否する日もあり、現在は一進一退の状況。そんな折、コーチングピラミッド(コーチングが機能するために必要な4要素)をトイレトレーニングに当てはめてみることを教わりました。コーチングピラミッドの最下段は、①自分を満たす、余裕のある状態(自己基盤)、その上は、②我が子は大丈夫!絶対にできると信じる(コーチングマインド:相手への信頼)、その更に上は、③親子の信頼関係(信頼関係)、頂点に④トイレトレーニングに関する知識(スキル)という位置付けに。コーチングピラミッドは、下の要素の方が上の要素よりも重要とされています。つまり、一番大事なのは、私自身の自己基盤なのです。この時、ハッと気づかされました。「余裕・ゆとり」が自分にあるときこそ、家族や周りの人たちに良い影響・効果を提供できるものだと思体験を通じて痛感しています。



先日、インターン卒業生からの提案で、環境文明21にインターン生としてお世話になった歴代のインターン卒

業生数名と藤村コノエ代表と加藤三郎顧問でWEB座談会を開催。思い返せば、もう十数年もの時が経過していることに驚きましたが(笑)、インターン卒業生が各分野で活躍し、深度の差はあれ、それぞれが環境分野への関心を抱き続け、問題意識を持って活動していることに、親心のように安堵しました。座談会の中で印象的だったのは、「環境問題に本腰を入れて取り組み、周囲の人たちに影響を及ぼすだけのムーブメントを起こすためには、その人自身の余裕・ゆとりが必要」という言葉。

現時点で、環境問題に関する対応で一大ムーブメントの担い手になることは難しいと思っているものの、ライフステージが変化し、自分の「余裕・ゆとり」を感じながら環境問題に真剣に対応する日まで、小さな取組であっても、未来を意識して過ごしていきたいと思っています。

色々なところに外出しづらいこの環境にあるからこそ、意識的に親が「余裕・ゆとり」を持って、子供が心動かされるとき・ものに気づき、一緒に楽しむ時間を満喫したいと、猛烈に暑い夏に突入した日、心に決めました。息子が過ごす未来においても心動かされる自然環境が維持されることを願いながら…。



トイレトーパーの芯を使って空を見上げ、「芯から覗いた空にはどんな色が見つかるかな…」。