



ゆうメール

## 育脳寺子屋NEWS

2026年 10月号



## 子供にとって、家族が「世界」

## ～「アドラー心理学」に学ぶ、家族の在り方～

オーストラリア出身の心理学者  
アルフレッド・アドラーという人  
物をご存じでしょうか？

フロイトやユングと並ぶ心理学  
者ですが、日本での知名度は2人  
に比べ低かったようです。

しかしアドラー心理学を解説し  
た「嫌われる勇気」という本がベ  
ストセラーとなり、ドラマも放送  
され、アドラーの名は世に広まり  
ました。

「人生が困難なのではない。あ  
なたが人生を困難にしているの  
だ。人生は極めてシンプルである」

アドラーの話すことはある意味  
当たり前のことばかりなのです  
が、いかにその当たり前を頭で分  
かっていながらも実行に移せてい  
ないのかと感じます。

また、子ども・教育について話  
した章が「はっ」とさせられる内  
容だったので、まとめてみたいと  
思います。

**子どもにとって家族は「世界その  
もの」であり、親から愛されなけ  
れば生きていけない。その為の命  
がけの戦略がそのまま性格の形成  
に繋がるのだ**

動物のドキュメント番組などを  
見るとよく分かりますが、動物の  
赤ちゃんは生まれてからしばらく  
したら、すぐ自分の足で歩き始め  
ます。

しかし、人間は他の動物に比べ  
極めて未成熟な状態で生まれてく  
るがゆえに、親の助けなしに1人  
で生きていくことは不可能です。

そのため人間の子どもは本能的  
に、親から見放されることを極端  
に恐れます。そうして子どもは「親  
に愛され、認められよう」と必死  
に努力をするようになります。

ある子は親の言いつけを守り、  
いい子になるということで親に愛  
されようとしています。

別の子は優等生になれず、自分  
の弱さをアピールするために臆病

になり、保護されることで親の関心  
を引こうとします。

また別の子は問題行動を起こし、  
親を困らせることで、無理矢理自分  
の方向に振り向けさせようとしています。

普通に見るとこれらの子どもたち  
は全く別々な子どもたちにしか見え  
ませんが、彼らの狙いはただ一つ。

**「親の愛や関心を引くために、そ  
れぞれの戦略を実行しているだけに  
過ぎない」**のです。

子どもたちはこれらの戦略を試行  
錯誤しながらテストを繰り返しま  
す。そして、その中で成功したやり  
方が生き残り、その後大人になっ  
てもずっと繰り返して使われます。

つまりそれがその子のライフス  
タイル（＝性格）となっていくのです。

「うちの子たち、見事にみんな違  
う性格なんです～」

兄弟（姉妹）が何人かいる生徒の  
保護者さんと面談をすると、だいた  
いこう仰います。これはアドラーか

らすると、心理学的に明確な理由  
があるのだそうです。

最初に生まれる第一子は親の愛  
を独占して育ちます。しかし、第  
二子が生まれると突如として独占  
状態を失い、親の愛を下の子に奪  
われてしまいます。

そこから兄弟・姉妹間の「親の  
愛」を巡る奪い合いが始まります。

それぞれがそれぞれの得意分野  
でアピールし、親の愛と関心を自  
分に向けようとするのです。

勝てる見込みの少ない相手の得  
意分野（例えば勉強やスポーツ）  
には参入しようとはせず、独自の  
新しいジャンル（例えば芸術など）  
で優越を示し、親に認めてもらお  
うとするのです。

このように子どものライフス  
タイル（＝性格）形成は親子関係だ  
けでなく、兄弟姉妹の関係、さら  
には家族の雰囲気や家族で共有さ  
れた価値なども関係します。

**子どもは親が貼ったレッテル、た  
とえば「しっかりした子」「甘え  
ん坊」「おてんば」「恥ずかしがり  
屋」などに対して過剰に応えよう  
と努力する。**

「この子はとつても責任感が強  
いしっかりした子なんですよ～」  
母親にそう言われて育った子は、  
親の期待に応えようと「責任感を  
強く持たなくては」と自分を駆り  
立てます。

そしてこれまで以上に責任感を  
発揮することがあります。親の

貼ったレッテルに自分を合わせよ  
うと努力しているのです。

ただ、それが行きすぎると逆効  
果になることもあります。

「これ以上責任を負わされては  
かなわない」と思い、逆に無責任  
な行動を取ったり、「いい子」で  
あることに疲れ、わざと「悪い子」  
になることもあるのです。

我が子が悪い行動を取った時は  
頭ごなしに叱るのではなく、その  
ような行動を取った原因を探って  
みて下さい。何か原因があるはず  
です。そして、次はそのような行  
動をしなくて済む方法を一緒に考  
えてみるのです。そのようなやり  
とりがあれば、子どもは親の愛情  
を感じることが出来ます。

**人は失敗を通じてしか学ばない。  
失敗を経験させ、自ら「変わろう」  
と決断するのを見守るのだ。**

これは育脳寺子屋の考えとも非  
常に通ずる部分です。

「～しなさい」「～したら失敗し  
ないから」と指示し、行動させれ  
ば確かに失敗しないかもしれませ  
ん。

しかし、そこには本人の意思・  
思考はないので、次同じシチュ  
エーションになった時、同じ行動  
をするかはわかりません。

「前言ったでしょ！なんで出来  
ないの！！？？」

と言ったことはないですか？こ  
れは一回目に行動した時、自分で  
考えて行動したのではなく、言わ

れたからそうしたため、二回目はど  
うしたら良いか分からなかった・・・  
ということが考えられます。

言って無理矢理行動させるのは簡  
単ですが、その方法で同じ結果を出  
し続けるためには「言い続けないと  
ダメ」になります。

そしてそれが続くと子供は自分で  
考えることをしなくなり「どうした  
らいいの？」と常に聞いてくること  
となります。

それは、私生活も勉強も同じです。

育脳寺子屋では「自ら考えて行動  
する」という理念で日々指導してい  
ます。

自分で考えて行動すれば、失敗も  
たくさんしますし、うまくいかない  
こともたくさんあります。

勉強で言えば、すぐに成績に反映  
されず「本当に通わせている意味は  
あるの？」と不安になられている保  
護者さんもいるかも知れません。

しかし、失敗を繰り返し、その失  
敗から「この方法では上手くいかな  
かった」と学ぶことで、じゃあ次は  
どうしたらうまくいくかを日々考え  
てもらっています。この方法でない  
と本当の力は身につかないからで  
す。

生徒たちにはこれからもどんどん  
失敗を繰り返し、成長してもらいた  
いと思います。ご家庭でもフォロー  
を宜しく願いいたします。

（参考文献：人生に革命が起きる 100 の言葉  
アルフレッド・アドラー・ダイヤモンド社）