

保護者の方へ開催する笑顔育プロジェクトについて

将来を担う子供達の笑顔を輝かせる為、私たち大人が笑顔になろう!という「笑顔育プロジェクト」を現在進めております。アメリカの心理学者ポラックたちの「虐待を受けた子と養育を放棄された子を対象に表情を見る能力を調べた」ある研究結果で、表情の経験が乏しい場合、表情認識の発達に深刻な影響を与えることがわかりました。

この結果から人とのコミュニケーションを良好にする笑顔力は、自然と身に付くものではなく、「育むもの」だと考えます。その笑顔力を育む方法として、まず、子育て中の親御さん方に笑顔の大切さを知って頂き、お子さんの為にも、そして、ご自身の為にも笑顔を増やせる講座を開催しております。

親御さんを対象とした講座では、お子さんの表情認識力を育む笑顔の話から笑顔による健康、コミュニケーションを良好にする効果をご紹介します。その後、ご自身の笑顔を鏡で確認して頂き、笑顔の為の表情トレーニングを体験して頂きます。子育てで忙しいお母さんの中には、じっくりとご自身の顔を鏡で見る時間がない、という方も多く、改めてご自身と向き合う瞬間に感動する方もいらっしゃいました。お顔の表情トレーニングを通して、素敵な笑顔が得られると、この笑顔でお子さんと向き合いたいと、子育てへの意欲を改めて感じて頂く方も多いです。

荒川区の小学校低学年の子供達50人に参加して頂いた学童の講座では、笑顔の絵を描いて頂きました。笑顔の時の口はどんな形だっけ?目は?とお隣のお友達の笑顔を見ながらお絵描きをする女の子、大好きなお母さんの笑顔がすぐに浮かんだ小学校1年生の男の子、そして、転校したお友達の笑顔を描いた女の子もいました。様々な笑顔を思い出しながら笑顔のお絵描きをしている子供達の表情はもちろん笑顔でした。

葛飾区の小学校5年生のお子さんと保護者の皆さんが親子で参加して頂いた時は、親子でお互いの顔の表情筋を触りながら笑顔の動きを確かめ合う優しさあふれる光景がとても印象的でした。笑顔はお子さんだけでなく、親御さんご自身の笑顔も育み、豊かな心を育むツールだと感じました。

一昨年保護者会の中で開催した市立小学校では、講座後ご参加の方から「今日はこの笑顔で子供におかえりが言えます」と育児の中での笑顔を意識する大切さを述べられたお母さんがいらっしゃいました。成果として、親御さんもお子さんも「笑顔は心地よい」と体感して頂き笑顔の大切さを共有することができました。

今後としましては、現在、コロナ禍でマスクをつける事が日常となり、親子間での表情交流、笑顔の対話が減ってしまうのではと懸念しております。そのような状況だからこそ、笑顔の大切さを広め、「笑顔は育てるもの」という笑顔育®の考えを多くの方に知って頂きたいと考えています。

日本 IBM が行ったオンラインによる家族イベントで「笑顔を学ぶ、育てる、つなげる笑顔トレーニング」という講座を開催させて頂きました。全国の IBM 社員、ご家族の方と笑顔でつながることができました。笑顔は周りを明るくし、和ませ、幸せな気持ちを作ります。そして、その幸せな気持ちであふれた環境にいる自分ももっと幸せになれるという力があります。今後は、「笑顔育®」というこの活動を皆さんに知って頂き、食育、知育、笑顔育®と並ぶよう、教育現場はもちろん、社会に広げていきたいと思っています。そして、この活動が児童虐待防止への一端となると信じております。