

## 保護者ができる 「自立」へのサポート 6つのポイント

女子栄養大学常任理事  
染谷 忠彦



### 子育ての最後の仕上げとして 子どもの「自立」を促す「進路支援」を

10代後半の思春期の子どもは、社会性も含めた基本的な生活習慣の確立という意味での子育てはほとんど終わっています。受験期の子どもに対しては、子育ての最後の仕上げとして、「自立」を促すことに力を注ぎましょう。「自立」とは、子どもが将来の目標と、それを実現するために進むべき道を自らの力で決定し、それに向かって自ら前進していくことです。この「進路支援」が、思春期の子育てで最も重要なポイントです。

### 目的意識がある子どもは強くなる 保護者は自信を持ってアドバイスしよう

進路支援では、子どもの目的意識が大きな力を発揮します。目的意識のある子どもは、大学の勉強も卒業後の仕事も積極的に取り組むようになります。極端な言い方をすれば、しっかりした目的意識がある子どもならば、保護者はただじっと見守っているだけでもいいのです。目的意識の醸成を助けるのが保護者のアドバイスです。社会経験に基づいた保護者の「生きた体験談」は、子どもには新鮮な刺激になります。進路について親子が話をするとき、子どもの言うことより、実社会で働き、日々生活を営んでいる保護者の言うことのほうが正しい場合が多いのですから、自信を持ってアドバイスしましょう。

### 目的意識がはっきりしていなかったら こんなふうに語りかけよう

本来、小さな子どものうちから目的意識を持たせる訓練が必要なのですが、受験期が近づいても自分の将来の目標がはっきりしない場合、まず好き嫌いを糸口にして子どもの進む方向を考えさせるようにすればいいでしょう。まずは趣味、教科などの好き嫌いを子どもにきちんと洗い出させることです。はっきりした目標が定まらなくても、大まかな方向性をつかむことができればいいのです。大学や短大へ進学するメリットは、本当に自分がやりたいことを見つける時間が4年間あるいは2年間あるということです。それを探すための進学というのも、一つの目的ということができます。

### 目的意識をしっかり持った子どもには 自己投資として学費の借金をさせよう

大学で資格をめざすなど、しっかりとした目的意識を持った学生は借金をしてでも大学で勉強しようとしています。また、家庭が裕福なのに二部（夜間課程）に進学し、働きながら学ぶ道を積極的に選択する学生もいます。そこには保護者を当てにせず、自分の学費は自分で稼ぐという意識が

見られます。彼らは「自立」しているのです。目的意識を持つ子どもには、あえて借金をさせることも、子どものモチベーションを高めるのに役立つと思います。その借金は「自己投資」になります。私は今後、「学生が自分で稼いで大学に行く」社会へと転換すべきだと思っています。もちろん学生がフルタイムで働くのは難しいので、奨学金や教育ローンなどを利用して、社会人になってから返す方法をとればいいのです。

### 合格したら「誓約書」を書かせよう それが親離れ・子離れの儀式になる

晴れて大学に合格したら、入学前に「誓約書」を子どもに書かせることを提案します。内容は、勉強をしっかりとすることはもちろん、大学卒業までは学費と食事に関しては親に頼っていいけれど、卒業と同時に一切の経済的な援助は受けない、といったことです。学費の半分とか3分の1を自分で負担するという内容なら、さらにいいでしょう。これは大学に入学する時点で完全に「親離れ・子離れ」を意識するための儀式といえます。高校生のうちから子どもにそのことを宣言し、実際に誓約書を書かせ、できるだけその通りに実行するようにすれば、子どもの自立を大きく促すことになります。

### 朝食をきちんととれば5点アップ 親の手作り料理ならばさらに5点プラス

女子栄養大学の調査によると、朝食をきちんと摂る受験生とそうでない受験生とでは成績に5点の差が出ています。入試で5点といえば、大きな大学なら数百人から千人の差が出てきます。合格への影響は明白です。そして、普段から保護者が手を加えた料理を食べさせているかどうかで、さらに5点違ってくるという結果が出ています。合計で10点違えば、入試では間違いなく千人以上の差が出てきます。つまり、最後は健康なものであり、健康でなければ試験も乗り切れないし、社会に出て活躍できないのです。子どもの食生活への気づきも大切にしましょう。

プロフィール●そめや・ただひこ

現在、女子栄養大学の常任理事として学園運営（政策、広報、教学）を担当している。先駆けた大学改革・入試改革・教学改革（学部・学科設置、教務諸制度の整備）など斬新な広報などを手がけることで、マスコミ（TV・新聞・雑誌）でも話題に。最近では、私立大学での実績を生かして、公立大学法人第1号（秋田県の国際教養大学入学試験委員会）の立ち上げを準備段階から運営まで協力して滑り出しを成功させている。ほかに、全高進大学進学指導研究委員会委員・高等学校評議会委員・高等学校キャリアスーパードバイザー・日本私立短期大学協会広報委員会委員を務め、進路指導勉強会やPTA総会、学校経営セミナー等でも幅広い講演活動を行っている。特に「受験生と親がどのように受験を乗り切るか」についての講演が多い。最近では高校での進路指導の方法・思春期の子を持つ親の役割・大学の募集戦略について研究中。