

身 = からだは
土 = 環境と
深い関係を持つ

身土不二のこと

発行者 公認心理師/社会福祉士 堀川 重 敏

第15巻 第52号



記事内容はわたし個人の見解であり、すべての方への有効性は保証できません。
ご意見ご希望などの宛先 horikawassw@gmail.com

身土不二とは、人間の健康と幸福は、その環境や生活習慣と深く関わっている。さらに言えば、人間と環境は切り離して考えられない関係にあるという思想です。

人間が哺乳動物の一種である以上、一人の力だけで成長や生活することは難しい。私たちは仲間と社会を作って暮らす生き物ですから、周りとのような関係を持つかがとても重要なのです。



☆1

子どもは成長を育むおとなたちからの影響を受けながら「自分」を作っていきます。

なかでもトイレ・トレーニング(**トイトレ**)には、人格の形成上に大きな意味があるようです。

忍耐強く繰り返されるトイトレを通じて、子どもは「自分」の体内変化を意識し、集中力が育つと言われます。

何より大切なのは、トイトレを通して**親子の協力関係**が確立され、成功をほめられ、失敗しても励まされることで、子どもの健全な**人格形成**がサポートされることです。

このような事を見ると、トイレ自立は取りも直さず子どもの自立の土台となるものだと考えられるのではないのでしょうか。

★2

小学校低学年までの子どもたちは「ウンコ」という言葉が大好きです。当て字ですが雲古とか雲固と書きますよ。風流ではありませんか(笑) 音の響きが楽しいし、おとなが怒る、罪のないイタズラを楽しんでいると考えられます。何より、自分のからだに興味関心を持ち始めるきっかけであり、自立の一步と考えられます。

あなたは、自分のおなかの中にあったウンコやオシッコが体から離れた途端、自分とは別のものになることに不思議を感じませんでしたか。

小さな赤ちゃんは、排泄してオシメの中が気持ち悪くなるという体験を通じて不快感を表明し、コミュニケーションを取ることが重要だとわたしは考えています。

☆3

身土不二という大きなテーマで始めながら、トイトレ、ウンチの話、最後はオムツについて書きました。コミュニケーションを育てる上では、どれも大事にしたい事柄でした。

