

片付け（ものに向き合って自分に気づく）

[親子関係こそ、“断捨離”しなさい。累計300万部超！【断捨離】やましたひでこと
“子育てブラック・ジャック”奥田健次の初対談【前篇】より](#)

「世の中、本当にモノがあふれているじゃないですか。引き出しの中一つ取っても、要るモノと要らないモノが混在している。

でも、捨てようとする、何となく抵抗感がわいてくる。そこを乗り越えて、要らないモノを捨てると、引き出しの中がわかりやすくなっていく。それを繰り返しているうちに、思考や感覚、感性、特に「快」「不快」をかぎ分ける力がどんどんスパイラルアップしていく。モノへの問いかけを通して、自分自身の思考・感覚・感性を取り戻していくプロセス。それは、すなわち、他者への依存や他者からの干渉を少しずつ卒業していく力をつけること」

子どもの学力は「断捨離」で伸びる！」 [やましたひでこ著](#)より、

なにを断ち、なにを捨て、なにを残すか——思考・選択・決断を繰り返し、脳も心も鍛えて自尊心を育む”実践的トレーニング”

ものの片づけからはじめて、空間が片づいて整えば、思考が整います。そして、思考が整えば、気持ちも整う。自分が好きになって自尊心、自分を大切にしたい気持ちが育まれる。モノを足がかりに考える力を鍛える。そして、自分とモノとの関係性を改善しながら、考える力を鍛える舞台（空間）を快適にする。

まず親が自尊心を持つこと

「自尊心がなくぐちばかりいっているような大人に「自身を持っていきなさい」と言われても説得力がありませんし、誰かの言うことに振り回されてばかりいる大人が子供に向かって「自分の頭で考えなさい」といっても聞き入れられるわけではないのです。

なぜ、わが子にこの学校に通ってほしいのか？わが子の幸せとは？

親として子に贈ることのできる、最大の幸せとは何なのか自問してみてください。

「親は、子に幸せそのものを贈ることはできない」