

第4章 親の意見をどのように伝えるか

<普段、何を伝えていますか>

思春期の子どもに意見を言って、反発された経験を持つ人は多いと思います。話しかけても、「別に」「どっちでも」「うるさいな」などと返事をされ、話が續かない経験をした方もあるでしょう。

自分の気持ちを表現できる子ども達が親に対してどのような不満を抱いているのか聴いてみました。

「(親は) 自分が一番偉いと思っている」

「自分のことは棚に上げて、人を批判する」

「子どもの気持ちを理解しようとしなくて、自分の意見や批判ばかり言う」

「いらいらしたら、関係のない自分にあたってくる」

「子どもの話を聞いてくれない」

「話は聞いてくれるが、気持ちを分かってくれないので、聞いてもらっている実感がない」

「親も子どもみたい (やるべきことをしない、感情的)」

「親は子どもにお金を与えておけばいいと思っている」

「子どもには完璧を求めてくるのに、自分には甘い」

「女だからという理由をよく言う。性別で区別しすぎ」

などです。

もちろん、親の方にも言い分があり、「やるべきことをしない (勉強、手伝いなど)」とか「努力せずに甘いことばかり考えている」などと子どもを批判する親もしばしばいます。これでは、平行線で親子関係が良くなるはずはありません。

このようにお互いに不満を抱えつつも、言語表現できる親子関係もありますが、親に何か言われると、何も言えずに自分を責めてしまう子どももいます。

素直なことは悪くはないのですが、親の批判や意見をそのまま受け入れ、

反発することもなく、自分を責めてしまい、体の症状としてSOSを出したりする場合があります。この場合、子どもに意見を言う前に、たくさん聴いてあげるの方が必要でしょう。

自分の気持ちや意見を言わない子どもでは、親からの言い方として、よりていねいで、優しい言語表現が必要となるでしょう。

では、親としての意見の言い方はどのようにしたらいいのでしょうか。まず、以下の二つの言い方を比べてみましょう。

○ロールプレイ（子ども相手に出来たら望ましいですが、無理なら、夫婦もしくは友人同士で試してみてください）

子どもに食器洗いを手伝ってほしいと思い、このように言いました。

親A「皿を洗うから手伝いなさいよ」

子「・・・うん」

別の言い方として

親B「皿を洗うから手伝ってくれる？」

子「・・・うん」

親AとBでは、子どもの側からすると、どんな気持ちになるでしょう。

また、次の例ではどうでしょう。

子どもは、大学進学をしていいかどうか迷っています。親としては大学にいかせたいと思っています。

まず、親Cから。

親C「大学にいったらいいのよ。お金のことは心配しないでいいから」

子「・・・うん。でもなあ・・・」

親C「だいじょうぶよ。何とかなるわよ」

子「・・・そうかな・・・」

親C「人間関係が心配なんですよ」

子「・・・まあ、そうだけど」

親C「だいじょうぶよ」



子 「・・・そうかな」

次に親Dです。

親D「大学はどう考えているの」

子 「・・・うん・・・」

親D「何か心配なことがあるの？」

子 「・・・うん・・・」

親D「何が心配なの？」

子 「・・・・・・・・・・」

親D「ひょっとして、人間関係のこと？」

子 「・・・うん・・・」

親D「どんなこと？」

子 「・・・人とうまくやれるかなって」

親D「自分が、嫌われるんじゃないかって心配？」

子 「そう」

親D「親として意見を言っていていい？」

子 「うん」

親D「私は、あなたなら大丈夫と思うよ。すべての人に好かれるはずはないけど、すべての人に嫌われるわけでもないと思うけど。」

子 「・・・そうかな」



親CとDの違いは何でしょうか？どちらの言い方が子どもを励ますことになっていますか？

<親としての意見の言い方>

1) Iメッセージ

私は～ というような「私」が主語の言い方です。Iメッセージに対する言葉は、YOUメッセージです。YOUメッセージというのは、あなたは～ という「あなた」が主語の言い方です。

例えば、

ゲームばかりしている子どもに対して

- A 「そんなにやっていると、成績が下がるわよ」
- B 「そんなにやっていると、成績が下がるんじゃないかって心配だわ」

掃除を手伝ってくれた子どもに対して

- A 「えらいね」
- B 「助かったわ。ありがとう」



門限を守らない子どもに対して

- A 「どうして門限を守らないの」
- B 「門限を守ってくれると安心だわ」

Aは「あなた」が主語になっています。Bは「私」が主語になっています。

AとBの違いを感じますか？

2) 事実と解釈の違い

思春期の子ども達に事実か解釈かをきちんと区別して言うことはとても大切なことです。例えば「(あなたは) いつも手伝わない！」という表現は、子どもからすると「いつもじゃない！たまには、手伝った！」と言いたくなるものです。思春期は白黒をはっきりさせたり、潔癖に考えたりして、思考が先鋭化しがちです。その現れとして、「ぜったい」「いつも」「かならず」といった言葉に敏感に反応する子も出てきます。親としてはほとんど手伝ってもらっていなかったら、「いつも手伝ってもらっていない」と解釈して言いたくなるでしょうが、事実在即して言うなら「ほとんど手伝わないが、たまに手伝ってくれた」と言うべきでしょう。

3) 具体的な迷惑について語る

思春期になると、自分の好みをはっきりし、個性を主張するようにな

るのが一般的です。親としては、好みの問題なのか、具体的に親自身が迷惑をこうむっているのかをはっきり意識した方がいいです。そして、好み問題は、できるだけとりあげず、迷惑を被る問題だけをとりあげ、どのように迷惑を被るのかを具体的に指摘した方がいいでしょう。例えば、服のセンスや髪の毛の長さなどファッションに関することは、ほとんど好み問題です。だから指摘しない方がいいのです。ただ、入社面接など常識的に見てきちんとした服装が必要な時、教えた方がいい場合はあるでしょう。また、同じように、どんな音楽を聴くかは好み問題でしょう。だから指摘しませんが、音量が大きく、うるさくてテレビの音が聞こえないといった事態になれば、具体的な迷惑を指摘します。

A 「うるさいから静かにして」

B 「テレビの音が聞こえなくて困っているから、もう少し音量をさげてほしいんだけど」

AとBではどちらが具体的でしょう。

4) 「上から目線」をやめて、「横の関係」で

子どもが自分の思い通りになると思っている親は多くいます。しかし、思い通りには育ちません。親の期待通りには、育ちません。そのことを深く理解する必要があります。

あなたは、子どもに言い返されたら、腹が立ちますか？悲しいですか？なるほどと思いますか？それともうれしく感じますか？あなたは、あなた自身の欠点を子どもに指摘されたら、腹が立ちますか？悲しいですか？なるほどと思いますか？それともうれしく感じますか？

内容によるでしょうが、少なくとも怒りを感じたら、「上から目線」で子どもに接している可能性が高いと思われます。基本的な発想が上から目線では、子どもたちは言いなりになるか、それに反発するかという形になりやすいと思います。子どもと横の関係になることで、無用の反発や依存を防ぎ、自立的な生き方を援助することになります。今まで述べてきた望ましい表現はすべて「上から目線」でなく、横の関係で成り立つ表現です。

親自身は自分が「上から目線」かどうかは分からないものです。一番い

いのは、子どもに聞いてみることです。ただ、子ども自身が「親は上から目線でいいのだ」と思っていると、上から目線以外の親子関係を知らないので、「お母さんは上から目線？」と聞いてもよく分からないかもしれませんし、「それでいい」などと言うかもしれません。横の関係になってはじめて親に話しかけやすくなると感じることでしょう。

5) 矛盾したメッセージを出さない

我々はしばしば矛盾したメッセージを出します。例えば、「好きなようにしていいよ」と言いながら、注文をつけるということです。進路などの話で「自分の好きな道を選んだらいい」と言いながら、子どもが「大学に行くのは、やめた」などと言うと、考え直すように迫ったりするのは、明らかに矛盾しています。あるいは、普段から自立しなさいと言いながら、子どもがアルバイトを始めると不安になって、いろいろ注文をつけたりするようなことがあります。親の矛盾を指摘するぐらい成長した子どもなら安心ですが、素直な子ども達は、その矛盾をつくことができず、自責感から、ただ、何となく意欲をなくしていくといった状態になりやすいでしょう。

言葉だけの矛盾ばかりでなく、言葉と態度の矛盾もあります。口では可愛いと言いながら、冷たい態度をとるような場合です。

多くの場合、だれでも自分の矛盾に気づくことができない場合が多いものです。第三者に指摘してもらえるといいのですが、普段から心がけるようにしましょう。

練習

子どもに話しかけて意見を言うときに、例えば「〇〇のことは～だから」というような言い方ではなく、「お母さんは〇〇のことは～だと思う」といった I メッセージを使った言い方をしてみましょう。