

第5章 子どもに任せること、子どもと話し合うこと

<親が子どもの問題を抱え込んでしまうとき>

これまで、子どものことで、学校や家など、さまざまな場面でいろいろな問題に直面してきた経験があるでしょう。そんなとき、子どものことを心配したり、不安に思ったりすることが愛情の表現だと勘違いしていませんか。自分が不安になるから、子どものかわりに問題を解決していませんか。

宿題をしないとか、子どもが学校でいじめられているとか、子どもが自分の部屋を片づけないといった問題がある場合、親が子どもの了解を得ずには問題解決を手伝っていないでしょうか。あるいは、本来好みの問題なのに、親の方からあえて問題だと指摘して、親子関係が悪くなっていますか？例えば子どもが派手な服装をすることに口を出し、子どもとトラブルになるといったことはありませんか。服装は基本的に好みの問題ですから、そこに親の価値観を押しつけると話しがややこしくなります。また、「服装の乱れは心の乱れ」などという言葉もありますが、よく考えてみてください。この言葉の意味するのは「服装の乱れは心の乱れのサインである」という意味です。サインにもかかわらず、服装の乱れだけを直そうとするから反発し、関係が悪くなるのです。たとえば、自動車のエンジンの冷却水の温度を見るためのメーターがあがった（サイン）としたら、メーターを直すことは誰もしません。心配なのはエンジン（心）のはずです。心に届くコミュニケーションを親が学ばないかぎり服装だけを形式的に直させても、他に問題が出てくるだけでしょう。

子どもは、子ども自身の責任で課題を乗り越えていくことで、成長していきます。親が子どもの課題に口出しすることで、親の不安は解消するかもしれません、果たしてそのことが子どもの成長に役に立つのでしょうか。親の自己満足に終わっている可能性があります。また、子どもの依存心を高め、うまくいかないときに、「手伝ってくれないからだ」と人のせいにしてしまうかも知れません。親が子どもの課題に口出しすることで、

自分の責任ということを学ぶ機会を奪うことになってしまいます。

この問題は誰が解決すべき問題なのかと考えて、**子どもの問題には口を出さないようにしましょう**。誰の問題かを考えるヒントは、「これを手伝わなかつたら誰が迷惑するか」という発想です。子どもが勉強しなくとも、親は直接的には迷惑がかかりません。子どもがいじめに遭っていても、(冷たいようですが) 迷惑はかかりません。子ども部屋を掃除しなくても親には迷惑ではありません。ちょっと極端かも知れませんが、頭の中で思考実験してみてください。子どもの問題に口を出してしまう背景には、親の不安が反映していることが多いものです。本来子どもが解決すべき問題なのに**親自身が不安だから、口出ししてしまう**のです。

「勉強しなかつたら、この子の成績が下がってしまう」「いじめられていたらかわいそう」「きちんとしていない子どもは、世間から、あるいは祖父母から、しつけをしていない親のように思われる」など親の世間体や見栄が背景にありませんか?

親自身の不安や見栄は親自身が解消すべきであって、子どもを通して解消すべきではないのです。親の我欲が子どもの成長をはばむことはしばしばあります。

じゃ、ほっておいていいのか!という声が聞こえきそうですね。

以下に述べるように決して放任というわけではありません。

<子どもが親の問題を抱え込むとき>

さきほどの、親自身の不安を子どもを通して解決しようとしている場合というのがこれにあたります。親の不安を子どもが感じ、子どもも巻き込まれていくのです。

また、例えば、母親が父親(夫)との関係で悩んでいるとします。そのことを子どもに愚痴ることは、親自身が解決すべき問題を子どもに分けていることになります。子どもにとっては負担となるでしょう。また、解決できずに悩む母親を見て、子ども自身も自分には力がない(子どもには解決できなくて当たり前なのですが)と自責感に悩むことにもなります。

<子どもと協力して問題を解決する>

子ども自身から援助の依頼があったり、親が迷惑をかけられたとき、子どもの命に関わるときには、たとえ、子どもの課題であっても、意見を言ったり、手伝ってあげていいと思います。おそらく援助の依頼なく、手伝っていることの方が多いのではないでしょうか。

「勉強を教えて」と言わされたら、手伝うのです。もっとも、中学や高校の勉強となると親の方も難しくて教えられないということはあります

が。
子どもがいじめられていることがわかつたら、まず、解決するのは子ども自身であると覚悟を決め、そのうえで、親として何ができるのか、子どもの意思を確認し、話し合いをしながら何をするかを決めていくのです。

兄弟げんかはどうでしょう？兄弟げんかを解決すべきは誰の問題でしょうか？もちろんけんかをしている兄弟の責任で解決しなくてはなりません。ですから、親は口出しをしないのが原則です。しかし、声がうるさくてテレビの音が聞こえないということがあるかもしれません。そうなれば、親は迷惑を被っていますから、子どもの問題に口を出せます。

ただ、けんかをやめるのは本人達の責任ですから、場所を変えてけんかをやってもらうことになります。「もうしわけないけど、テレビの音が聞こえないから、外でやってくれない？」とお願いするわけです。しかし、24時間けんかをしている兄弟はありませんから、最も大切なことは、以前書いたように（適切な言動に注目）、普段から兄弟が仲良くしているときに注目する（「仲良くしている姿を見るのはうれしい」と言う）ことです。

では、共同の空間である居間を子どもが散らかしているとします。子ども自身が片づけくれたら問題はないのですが、多くの場合、子どもはなかなか片づけません。これは誰が解決すべき問題でしょうか。迷惑しているのは親だし、どうせ子どもに頼んでも掃除してくれないし、言い争いになるくらいなら、迷惑している親が片づけようと割り切るというのも一つの方法でしょう。しかし、親子関係が良くなれば、親がきちんと言えば、話が通じるかもしれませんし、話し合って、子どもと一緒にきれいにするという方法があるでしょう。散らかしたのは子どもだから、絶対に子ども

に掃除をさせなくてはならない、と固く考えていると、いい知恵は生まれません。

親の収入が少なくて生活が大変であるという問題があるとします。この場合、生活が苦しくて大変であることを説明し、子どもに協力を求める（節約、アルバイトなど）ことはできます。親の問題を子どもと協力して解決するわけです。

思春期になると、親に援助を求めてくる機会は一般的にかなり減ります。それが順調に成長している証拠でしょう。

思春期になるまでに、親子関係の形がある程度出来上がっており、子どもの方は、「言わなくても手伝ってくれる」とか「どうせ頼んでもやってくれない」「どうせ小言が多い」など子どもから親への一定の見方が決まってきています。ここで学ぶペアレントトレーニングは、その見方を打ち破ることもあります。

親が子どもの問題に適切に援助できる関係になるためには、その前提として、今までに学んだ子どもの話（気持ち）を聴くとか、適切な言動に注目するといった親自身の行動が必要になるでしょう。

では、ロールプレイを通して練習してみましょう。

ロールプレイ A-1

子どもは何か悩んでいそうです。

親「なにかあったの？」

子「別に」

親「もう、いつもそうなんだから！ちゃんと言いなさい」

子「うるさいな～」

ロールプレイ A-2

子どもは何か悩んでいそうです。

親「なにかあったの？」



子「別に」

親「親にできることがあればいつでも言ってね」

ロールプレイ A—1 と A—2 の違いは何でしょう。

では、次のロールプレイはどうでしょうか。

ロールプレイ B—1

子「この間、学校でA子がB子の悪口を言っていて、聞いていてしんどくなってきたの」

親「なんで、しんどくなるのよ。自分が悪口を言われたわけじゃないんでしょ」(批判)

子「まあ、そうだけど」

親「そんなことだから、強くなれないのよ」(批判)

子「・・・(言わなきや良かった)」

ロールプレイ B—2

子「この間、学校でA子がB子の悪口を言っていて、聞いていてしんどくなってきたの」

親「しんどくなってきた?」(情報収集)

子「そう、何か胸のあたりが苦しくて」

親「胸が苦しくて、それで?」(情報収集)

子「もう、あっち行ってって言いたかったけど」

親「言えなかつた?」(情報収集)

子「そう・・・」

親「言いたいことが言えないしんどくなるよね」(共感)

子「うん。いつもそうなる」

親「他の場面でも?」(情報収集)

子「そう・・・」

親「担任の先生に相談したの?」(情報収集)

子「まだ」



親「一度相談してみたら」（提案）

子「分かった」

B－1とB－2の親から子どもは何を学ぶのでしょうか。

ロールプレイ C－1

子どもは何か悩んでいそうです。

親「なにかあったの？」

子「・・・みんなから仲間はずれにされた感じがして」

親「どんなこと？」

子「・・・食事の時にみんな私を避けてる」

親「どうして？」

子「分からない」

親「先生に相談したの？」

子「したけど・・・」

親「どうやったん？」

子「・・・」

親「お母さんが先生に聞いてあげるわ」

子「・・・・うん」



ロールプレイ C－2

子どもは何か悩んでいそうです。

親「なにかあったの？」

子「・・・みんなから仲間はずれにされた感じがして」

親「どんなこと？」

子「・・・食事の時にみんな私を避けてる」

親「どうして？」

子「分からない」

親「先生に相談したの？」

子「したけど・・・」

親「どうやったん？」

子「・・・」

親「お母さんにできることある？」

子「・・・先生に言ってほしいことがあるの」

親「分かった。何かな」

C－1とC－2それぞれの親から子どもは何を学ぶのでしょうか。

子どもと話し合うということはどういうことなのか、子どもの問題に協力するということはどういうことなのか、理解していただけたでしょうか。

子どもと話し合える前提として、親が子どもの気持ちを理解できることと冷静さを保てることが重要です。



第5章 宿題 子どもと話し合うことがあったら書いてください。どのような結果になつたかも書いてください。
(第4章で学んだ横の関係を意識しましょう)

月日	話し合いの議題（内容）	親の意見・感情	子どもの意見・感情