

今回は雑誌「暮らしの手帳」の中から、恵泉女学園大学学長、大日向雅美先生の「子どもの叱り方」をご紹介します。

古今東西、どの国、どの時代の親も「子どもの叱り方」には日々悩まなければならない問題です。先生のお話しは大変参考になるものと思います。以下、ある家族の悩みをテーマに紹介させていただきます。

【ある母親の悩み】

下の子が生まれてから、兄をきつくしかってしまいます。
ときには怒りが抑えられず、叱りすぎたと後悔することも。

私は夫婦共働き 5 歳と 2 歳の息子との 4 人家族です。

次男のイヤイヤ期、仕事ばかりの夫への不満、自分の仕事の疲れなど、さまざまな理由から、長男に八つ当たりしているのかもしれません。自己嫌悪に陥る毎日です。

育児本やネットにある対処法を試しても、なかなかうまくいきません。

【大日向先生のアドバイス】

その場しのぎの対処法を試してみる前に、根本的な問題に目をむけて

息子さんは、わんぱくで聞き分けがないのかもしれませんがね。でも、子どもならそれは当たり前のこと。そんな育ち盛りのお子さん相手に、いつも穏やかに接するのはむずかしいですね。大きな声で怒るのは、仕方のないことです。

多くのお母さんはこのように、子どもを叱ったあとに罪悪感にさいなまれることがあるのではないのでしょうか。まずお伝えしたいのは、これは個人の問題ではなく、現在の子育て環境に原因がある、ということです。家庭という閉ざされた空間で、元気のいい子どもにお母さんがひとりで対処するのは、土台無理な話です。本来、子育ては社会や地域の皆で支えるもの。このお母さんの悩みは社会問題とも言えるのです。ですから、自分を責めずに、不自然な環境で子どもを育てているなかで、よくがんばっているのだ、と自分を受け入れられたらいいですね。

もうひとつ問題なのは、本やインターネット上にあふれているさまざまな子育てのハウツーです。ハウツーは試してみたくになりますが、根本的な問題が解決していないままでは、翌日は同じことの繰り返しになってしまいます。

根本的な問題に気づくために、私がおすすめしているのは、自分の大変さを

ビジュアル化することです。表をつくり、横軸に1日の時間の流れを、縦に「自分」「長男」「次男」「夫」と、家族それぞれの欄を書きます。自分のタイムラインには家事などのやったことを記入し、どんなときに怒りが爆発したのかをチェックします。慌ただしい朝に「早くごはんを食べなさい！」という怒り、疲れているのに部屋を散らかされたときのいら立ち、ゆっくり本を読もうと思ったのに、邪魔されたときの嘆き…。書き出してみると、怒ったポイントも状況も、それぞれ違うことにきっと気づくでしょう。

また、怒りが爆発したとき、子どもは何をしたのか、夫はどうしていたのかも書き込みます。すると、「子どもが要求したことはもつともだ。すぐ応えていたら、大きな声をあげる必要はなかった」など、対処の仕方を自分なりに考えられます。また、怒りの原因は子どもではなく、子育ての同志になってくれない夫への不満である場合も少なくありません。

次のステップでは、その表を夫に見せて「あなたがここでこうしてくれたら、私は助かるの」と「**I(=私)メッセージ**」で伝えます。夫は「あなたは何もしてくれない」と責められるよりも、きっと相談に乗ってくれるはずです。

大切なのは、改善策がひとつでも成功したらいい、と思うこと。最初からすべてがうまくいくわけではありません。「今日はここがうまくいったから明日も続けよう。明日はここがうまくいくかやってみよう」と、日々、スモールステップを積み重ねていくことです。

本当に悪いと思ったら、二度と繰り返さない覚悟が必要です。

叱りすぎたり、自分が間違っていたと思ったら、子どもに謝ることも大切です。そして、本当に悪いことをしたと思うなら、二度と繰り返さない努力をしましょう。こんな話があります。

スウェーデンは1979年、世界に先駆けて子どもへの体罰禁止の法律を制定しました。当時のスウェーデンでは軽い体罰は当たり前でしたが虐待で命を落とした子どもの事件から、しつけに体罰が必要か否かを、国を二分して議論しました。体罰禁止に傾いたきっかけのひとつは、児童文学作家であるアストリッド・リンドグレーンの「Never Violence！（決して暴力は振るはない）」というスピーチです。彼女はある女性のエピソードを紹介しました。

「悪さをした小さな息子に体罰が必要だと考えた女性は、『叩くのに使う樺の木を枝を森で探しておいで』と息子に命じました。しかし、息子はなかなか帰ってきません。ようやく戻った彼の手には石が握られており、『樺の枝は見つか

らなかったけれど、石があつたからこれをぼくにぶつけるといいよ』と泣きながら言いました。そのことばに女性はハッとします。息子には、母親が自分を傷つけようとしたと思えたのだろう、と。

女性は息子を抱きしめると、『二度と体罰はしない』と誓いました。そして、台所の棚にその石を置き、子どもを叩きたくなるとそれを見て、誓いを守り抜きました」

叱り方に正解はありません。翌日も「ママ、抱っこ」と言ってくれば大丈夫。

叱るときは子どもがしたよくない行為について、その場で伝えるのが基本です。「あなたがやった〇〇はいけないのよ」と伝えましょう。

そして、子どもが誰かを侮辱するなど、やめさせたい行為があるなら、本気で叱ることが大切です。親の真剣さが子どもに伝わります。

いら立ちから八つ当たりするのは、よくないですね。「なんて悪い子なの」と子どもの人格を否定する言い方や「将来、ろくな人間にならない」と、未来をつぶすような言い方もやめましょう。「あのときもやったでしょう」と昔のことを引っ張り出したり、「〇〇くんは、もっといい子よ」と誰かと比較したりするのもよくありません。叱られること自体で、子どもは惨めな気持ちになります。さらに人格を否定されたり他の子と比べられたりすると、やるせない気持ちになります。そこを想像しましょう。

また子どもを叱るのがいやで、夫に叱ってもらう人もいます。ですが、子どもは言いつけた母親や、その場にいなかったのに叱る父親に、理不尽な思いを募らせてしまうでしょう。

いずれにせよ後味のいい叱り方は、親子の間に限らず少ないと思います。どんなに心を尽くしてことばを選んでも相手は傷つくものです。でも、それを恐れて言うべきことを言わないのはいかながなものでしょう。特に子どもには、どうしても伝えたい、あなたが大事だからという気持ちで叱ることが大切だと思います。

叱り方に正解はありません。ただ、どんな叱り方をしても、翌日、また一緒に気持ちよくごはんを食べられたり、子どもが「ママ大好き。抱っこ!」と慕ってくれるかどうか、**ここが気をつけたいポイントかな**と思います。

いかがでしたでしょうか。日々の子育てに役立ちます事をお祈りします。

理事長