

子どもが「自分の気持ちを話しやすい」親とは？

～子どもがだんだん気持ちを話さなくなる親の特徴①～

子育て本作家・講演家 立石 美津子 氏 HPより転載

わが子が悩んでいるとき、つらいとき、親ならなんとかしてやりたいと思うもの。しかし、日ごろの親の対処の仕方次第では、そういう気持ちをだんだん子どもが話さなくなってしまうこともあるそうです。では、子どもが気持ちを話しやすい親とは？

●気持ちを話しやすい親は、“子どもの気持ちに寄り添って、受け止めてくれる親”

「話をしやすい親というのは、一人よがりではなく、子どもの気持ちに寄り添って受け止めてやれる親です」

1) 別のことをしながら話さず、ちゃんと話を聞く

「子どもが訴えているのに、何かしながら半分上の空で聞かれたら、“なんかちゃんと話を聞いてもらえてない。もういいや…”と、話すことをあきらめてしまいます。親御さんも忙しい日常とは思いますが、そのときは少し手をとめてしっかり向きやってやりましょう。どうしても手が離せないときは、『これが終わったら聞くからね』と、ちゃんと聞く気持ちがあることを伝えることが大事です」(立石さん 以下同)

2) 過剰に反応せず、淡々と話を聞く

「話を聞くときは、矢継ぎ早に問い詰めたりせず、淡々と聞きましょう。そして、子どもが言ったことに親が子ども以上に過剰に反応しないこと、動じないことも大事です。そうでないと、安心して気持ちを吐露できませんよね？ どんなことでもドンと受け止めてくれるという雰囲気づくりをしましょう！」

3) 話の腰を折らない

「子どもが『今日、〇〇君に意地悪されて…』と、まだ話が終わっていないのに最後まで聞かず、『そんなの大丈夫、知らんぷりして気にしなきゃいいのよ。明日になったらいつも通りになるわよ』と、途中で話をもっていかれたり一方的に結論を言われてしまうと、話の腰を折られた気がしますし早合点された感じもしますね。こうなると、“もうママに話したってわかってもらえない”となってしまいます。まずは、相手の気持ちがスッキリするまで、言いたいことを全部聞いてやりましょう」

4) 子どもの言葉を反復する

「カウンセラーの技法に、相手の言葉を最後まで聞いて反復する“能動的聞き方(傾聴ともいう)”があります。例えば、子どもが『今日、学校で意地悪されてすごくイヤだった…』と言ったら『意地悪されてすごくイヤだったんだね…』と言葉をそのまま鳥のオウムのように返してやり、子どもの気持ちに寄り添う会話術です。そうすると、子どもは“理解してもらえた”“共感してもらえた”“不安な気持ちをわかってくれた”と救われるのです」

●寄り添って共感してほしいのは、大人も子どもも同じ

さらに、こういう時の子どもの気持ちや立場を理解するのに一番わかりやすいのは、自分自身の経験に当てはめてみることだと、立石先生は話します。

「例えば、こんなことはありませんか？ 夫の帰宅後、妻が『隣の奥さんがこう言った、ああ言った…』『幼稚園でこうだった、ああだった…』と、愚痴や悩みを口にすると、夫は『で、どうしたんだ？』とすぐ結論を求めてきたり、他のことをしながら上の空で聞いていたり、正論を言って説教をはじめたりしませんか？ そうすると、“もうこの人に話してもしょうがないわ”と、話すことをやめてしまいますよね？ 妻は結論がほしいのではなく、話を聞いてほしい、共感してほしいだけなのに。子どももそういう時があるということをぜひ知っておいてください」

わが子が何か愚痴ったり悩みを打ち明けてきたときは、悲しい気持ち、つらい気持ちに寄り添って、ひたすら相手の話を聞いてやりましょう。(構成・文/横田裕美子)

「子どもが悩みを話せなくなる親」危険度チェックリスト

～子どもがだんだん気持ちを話さなくなる親の特徴②～

子育て本作家・講演家 立石 美津子 氏 HPより転載

子どもが何か悩んでいたら、愚痴りたいことがあったら、なんでも受け止めてやりたい。なんとかしてやりたい…。親なら誰でもそう思いますね？ しかし、日ごろの対応次第では、子どもがだんだん気持ちを話さなくなってしまうそうです。「親心が募るあまり、ついお子さんの気持ちを置き去りにして暴走してしまう人がいるので気を付けましょう！」

●「子どもがだんだん気持ちを話さなくなる親」危険度チェック!!

- 1) 子どもが話し出すのを待てず、「何があったの?」「どうしたの?」と、矢継ぎ早に問い詰めてしまう。
- 2) 「学校で友達に意地悪された～」と言っただけなのに、すぐに解決しようと暴走してしまう。
- 3) 「学校で悪口を言われて泣いちゃった」と弱音を吐いた子どもに、「何メソメソしてるの! しっかりしなさい! 弱虫ね!」と叱咤激励してしまう。
- 4) わが子が「あ～、宿題やりたくないなあ」と言ったら、「なんてこと言うの! やらなきゃダメでしょ!」とダメ出しする。
- 5) 予防接種に連れて行って大泣きするわが子に「ちっとも痛くないでしょ! これくらい我慢しなさい!」と言う。
- 6) 子どもが話すときに、別の家事をしながら話半分に聞き、ちゃんと聞いてやらない。

子どもがだんだん気持ちを話さなくなる親 危険度チェック

●熱心すぎても、無関心すぎても子の心は離れていく。子どもの気持ちに寄り添うことが何よりも重要

「いかがでしたか? ついお子さんをなんとか救いたい、勇気づけたいという思いが強すぎて、やっつけてしまいがちなことってありますよね。しかし、まずは何よりも子どもの気持ちが最優先ということを忘れないでください」

- 1)の場合… 「人は、問い詰められると言いたくなくなるものです。特に子どもは年ごろになれば“親に心配かけたくない”“弱みをみせるのは恥ずかしい”という思いも持ち始めるので、言いやすい雰囲気を作ることを心がけましょう」
- 2)の場合… 「親御さんが感情的になり、暴走して必要以上に事を大きくしてしまうと、かえってSOSが出しづらくなってしまいます。まずは状況をしっかり把握してから、行動に移しましょう」
- 3)と5)の場合… 「親御さんとしては、“叱咤激励”のつもりかもしれませんが、子どもは“僕のつらい気持ちをママはわかってくれない”と思ってしまいます。さらに、このように“強くなれ!”と言われ続けていると、“助けて”と言っちゃいけないんだと思ってしまい、いざというときに一番救ってほしい親にSOSを出せなくなってしまうので、気を付けましょう」
- 4)の場合… 「子どもがこういう愚痴を言うと、つい親は“正論”で叱ってしまいます。もちろん宿題はしなければいけないのですが、わかっていると言いたいときってありませんか? ママも“晩御飯作るの面倒だわ～”と言ってみたいことがありますよね? そのたびに、旦那さんに嫌味を言われたら、“もう言うのやめよう”ってなりますよね? 子どもだって愚痴くらい言いたいものです。そういうときは“そうだね～、わかるわ～。でもやろうね!”それでいいのです」
- 6)の場合… 「これは、人の話を聞くときの基本ですね。相手が話しているときは“あなたの話をちゃんと聞いてますよ”という姿勢を伝えなくてはなりません。子どもも同じです。“何を話しても無駄だ…”と思われたら、話をしてくれなくなりますので、心がけましょう」

このように、NG行動をみていくと見えてくるものがある。「人の気持ちを自然に引き出すためには、こちらが熱心すぎても無関心すぎてもダメなのです。相手の気持ちに寄り添うこと。これは親子はもちろん夫婦、仕事の同僚・上司と部下、担任と生徒などすべての人間関係に言えることなのです」ぜひ、今日から気を付けてお子さんに実践してみてください! (構成・文/横田裕美子)

「こんな親には悩みを話したくなくなる！」…

～子どもがだんだん気持ちを話さなくなる親の特徴③～

子育て本作家・講演家 立石 美津子 氏 HPより転載

日々の子育てのなかで、わが子がなんだかいつもより元気がない…。ちょっとした弱音を吐露する…。そんなとき、その状況をなんとかしてやりたい！と思うのが親心。しかし親の対応の仕方次第では、だんだん子どもが自分の気持ちを話さなくなってしまうそうです。そうなりやすい親の特徴とは？

「お子さんがいつもより元気がなかったり、学校であったつらい出来事を吐露したりすると、親御さんとしては当然、その原因や状況を把握して一刻も早く解決してやりたい、取り除いてやりたいと思いますよね？しかし、その対応の仕方によっては、本音を聞き出す前に子どもが心を閉ざしてしまうこともありますので注意が必要です」

“子どもがだんだん気持ちを話さなくなりやすい親”には、以下のようなタイプがあるという。

●根掘り葉掘り問い詰める

「子どもがなんとなく浮かぬ顔をしていると、もちろん心配になりますね。SOSを見逃さないことは大事です。しかし、一方的に『どこか悪いの？』『何かあったの？』『誰かにいじめられてるの？』と、矢継ぎ早に追求されると、子どもは言い出しにくくなってしまいます。また、成長してくれば、子どもなりに“親に心配かけたくない”“恥ずかしい”“弱みをみせたくない”思いも芽生えてきます。親は過剰な反応をしないようにしましょう」

●スーパーマンになってエキサイトする

「すぐに解決してやらなきゃ！と、エキサイトする親御さんも要注意です。“今日、学校で〇〇に意地悪された～”とちょっと学校であったモヤモヤした出来事を子どもが話したとき、『まあ、なんて子なの！〇〇くんのママに私から電話して叱ってもらおうわ』『明日、先生に言ってあげる！』と、まだ事の詳細も把握していないうちに暴走してしまう人。そうすると、子どもは“お母さんに言うと、相手の家に乗り込んでいくのでは？”と恐れ、言わなくなってしまいます。子どもは、信頼できる親にただ気持ちを聞いてもらってスッキリしたいだけなのかもしれませんので、そこは冷静になって見極めましょう」

●ダメ出しする熱血タイプ

「お子さんが弱い部分を親に見せたとき、つい勇気付けようと“ダメ出し”していませんか？例えば、『今日、〇〇にイヤな事言われて泣いちゃった』と、言ったわが子に『そんなことでいちいちメソメソして。弱虫ね。もっと強くなりなさい！』と。これでは、親は応援しているようで、なんだかいじめっ子と同じ状態ですね。ダメ出しばかりしていると、子どもは『どうせまた言っても、かえって叱られる…』となり、いざというときも親にSOSを出せなくなってしまうので、気を付けましょう」

では、子どもの様子が気になったときに、上手に気持ちを引き出す方法とは？

「早く聞き出したい気持ちはとてもよくわかりますが、そこはグッとおさえて“話しやすい雰囲気づくり”をしましょう。いつもと様子が違うなあと思ったら、“最近、学校はどう？”と、砂糖がいつもより多めに入った温かいミルクティーでもテーブルに出してやり、自然に聞く体制を作って淡々と聞くのです。決して追求するのではなく、受け止める場づくりです。そうすると、ポツポツと話し始めたりします」

その後、“今日、学校で〇〇に意地悪された”など、気持ちを吐露しはじめたら…。

「決してそこで追求するのではなく、『そうなんだ、意地悪されたんだね…』『それはつらかったね…』と、寄り添って共感してやりましょう。もしかしら、回答を欲しがっているわけではなく、共に気持ちを感じてほしいだけかもしれません。もちろん、本当にひどいいじめがあったなどの場合も、寄り添って聞く親であれば、子どもはSOSを出して助けを求めやすくなるのです」

一番頼りたい親だからこそ、いつでも子どもが安心して駆け込める場所であるように心掛けたいものです。 (構成・文/横田裕美子)

道標

(みちしるべ) 第1172号

平成29年10月30日
校長 稲垣 達也

自己の指導方法を過信し、生徒の気持ちを理解しないまま叱責を続け、追い詰めることになった

福井・池田中2自殺、自殺後開かれた職員会議で教員ら問題視せず 調査委聞き取りにも…

産経WEST 2017.10.18 07:19

自殺後に開かれた中学の職員会議で、担任の叱責が問題とされなかったことが18日、町の調査報告書で分かった。大声での叱責による指導が日常化し、多くの教員が問題意識を持っていなかったことが浮き彫りになった。

報告書によると、調査委の聞き取りに対しても、ほとんどの教員が問題視していなかった。担任は調査に「生徒に期待していて、叱責にやぶさかしくみている」「叱責した後、頻りに家庭訪問して指導の思いを伝えていた」と説明した。ただ、報告書は担任の叱責をこの生徒が負担に感じていたと指摘。「叱責後の話し合いは、担任の思いを一方向的に伝えるだけで、生徒の気持ちを聞くようなものではなかった」とした。一方、生徒の特性に合った指導方法を考えるよう担任に助言する教員もいた。担任は「手加減している」と応じたが、報告書は「助言に対する適切な回答になっていない」と批判。「自己の指導方法を過信し、生徒の気持ちを理解しないまま叱責を続け、追い詰めることになった」と結論付けた。

叱責繰り返した担任「過信した」 生徒自殺、聴取に反省の言葉 福井・池田中

福井新聞 2017年10月20日 午前7時20分

第三者による調査委員会の聞き取りに対し、担任が「いろんな人に相談すればよかった、今まで教員をしてきて過信していた」などと反省の言葉を述べていたことが、調査委の報告書全文から分かった。

大声で叱る担任の指導は他の教職員も認識しており、教頭らが複数回にわたって注意、助言していた。ただ、学校全体では共有されず、指導の改善には結び付かなかった。報告書では、指導方法や管理職の監督責任を厳しく問うとともに、他の教員の対応も適切でなかったと指摘している。また、報告書によると、当時の教務主任が担任に対し、「正しいことであっても、男子生徒には伝わらない」と伝え、指導方法を考えるよう促した。担任は「分かっている、手加減している」などと答えた。さらに、時期は不明だが、他の教員から「そんなに強い口調で言わないといけないのか」と聞かれ、担任は「それだけ言わないと分からない」と答えた。平井教頭も叱責した後に生徒をフォローするよう注意していた。

担任は調査委の聞き取りに対し、「自分一人でやってしまうところがあり、男子生徒についても指導すればできると判断していたが、結果的にはできていなかった」とも述べたという。

中3、複合ストレスで自殺＝第三者委が報告書－愛知県－宮市

時事ドットコムニュース (2017/10/16-11:15)

町教委や報告書によると、生徒は3月14日朝、登校後に校舎北側で倒れているのが見つかり、その後死亡が確認された。現場の状況から校舎3階の窓から飛び降りたとみられる。

報告書は生徒について「真面目で優しく努力家だが、対人関係が器用ではない一面もあり、傷つくことも多かったと思われる」と指摘。「生徒の性格や行動の特性、気持ちを理解しないまま、担任は大声で叱責するなどし、副担任は執拗(しつよう)な指導を繰り返した」と認めた。

担任と副担任はいずれも30代で、学校内では若手だった。生徒会の役員を務めていた生徒は、担任から1月か2月ごろ「お前辞めてもいいよ」と大声で叱責を受けることもあったという。

町教委は4月、原因究明のため学識経験者や弁護士でつくる調査委員会を設置。全教員や生徒への聞き取りなどを行い、15日に報告書を公表した。池田町教委の内藤徳博教育長の話 学校の対応に問題があった。生徒の特性にあった指導方法を取るべきだったと深く反省している。

いじめなど原因の自殺＝奈良の高1転落死－第三者委

時事ドットコムニュース (2017/08/24-21:18)

男子生徒は2月6日夜、大阪市内で飛び降り自殺。友人に手渡したゲーム機のメモ機能に「担任によって私の人生全てを壊された」などの遺書が残されていた。

昨年の体育祭での骨折事故を契機に担任との関係が悪化。親に対し、「担任から頻りにプリント配りをさせられる」などと訴えていたが、そうした事実は確認できなかったという。

男子生徒は複数の友人に自殺の意思を告げていたといい、第三者委は「教師や大人に安心して伝えられるような環境づくりや教育も必要」との提言を付記した。