

言っても聞かない・・・

親子のかかわりどうすればいい?



新宿区教育委員会



はい、はい (返事だけ)

宿題は終わったの?

早くしなさいよ

今やろうと 思ったのに

部屋、

ついこんなふうに 声をかけてしまうけど、

すぐ散らかるから ムダ

片付けなさい

言いたいことがあるなら 言いなさい

ない

学校のプリント 出してよ

めんどくさ

別に

やるの、やらないの どっち?

やらなくていいわけ?

YouTube LE TikTok. いい加減にしなさい!

今までと違う、

いいでしょ

子どもの反応

どこに行くの?

毎日同じこと 言わせないでよ

> 言わなきゃ いいじゃん

うるせえな

この本面白いから 読んでごらん

本くらい 自分で選ぶし

家族みんなで

勝手に行けば

出かけよう!

早く寝なさい!

もう寝るよ (寝ないけど)

いいから かんなべい!



あいさつは?

話聞いてるの?

は?

どうして できないかなあ ちょっとお風呂洗って

411

どーせ、 できませんから

もうちょっと ちゃんとして

ちゃんとって何?

2

そ3そ3思春期?

反抗期?

子どもの反応、



変わってきていませんか?

毎日見ているわが子の成長に気付くことはなかなか難しいものですが、他のお子さんを見ていると、「少し見ないうちにずいぶん成長したな」と思うことがあります。中学生になると、学校生活や部活動など環境も変わり、子どもたちはこれまで以上に日々さまざまなことを感じ、大きく成長していきます。一方でいろいろな考えや思いを抱えながら、それを上手に言葉や態度で表現できない時期に差し掛かってもいるのです。

生活の中で今までと同じように声をかけたつもりでも、突然、子ども たちから違う反応が返ってくることも、思いがけない言葉を返されること もあります。親とはいえ、子どものそうした言動に、傷ついたり、戸惑っ たり、イライラしたりする場面が増えてくるかもしれません。

私たち親のイライラや戸惑いは、親子関係のどんなことがきっかけで起こるのか、どうすればそこから抜け出すことができるのか、一緒に考えてみましょう。

「親子関係」について、もう一度考えてみませんか?



子どもに声をかけたくなるのはどんなときですか?

子どもの様子を見ていると、あれこれと気になって声をかけてしまいます。 いつもの生活の中で、最も気になっていること、 何度も同じような声かけをしてしまうことを思い返し、書き出してみましょう。



例

部屋が汚い 何となく元気がない

就寝時間が遅い SNSで悪口を言われたらしい

あいさつをしない ずっと寝ている

間食が多い 友だち関係が分からない

ダラダラ、ゴロゴロしている 服装が派手になった

勉強しない 行き先を言わずに出かける

AIで宿題をする おこづかいの使い道を言わない

帰宅が遅い スマホを手放さない 手伝いをしない 口のきき方が悪い

学校に行きたくないと言う うそをつく

そんなとき、あなたはどんな声をかけますか (対応をしますか)?



例

「今日こそは片付けなさい」 「言いたいことがあるなら言いなさい」

「こんどやったらスマホ禁止!」

「だから言ったじゃない!」

「いつもいつも遅いんだから」 「ホント、だらしがないわね」

「あいさつは最低限のマナー」 「また寝てるの!?」

710 AX (2010X 07 17) 167C (2007).

「わがまま言わないの!」 「ほかにやることがあるだろう」

「いい加減にしなさいよ」 「いつになったらやるの!」

「自分の頭で考えなさい」 「手伝いは家族の義務でしょ!」

「何度も同じこと言わせるな」
「来月、おこづかいナシにするから」

「やめなさいって言ったでしょ」

「言い訳するな!」

あなたの声かけに対して、 子どもはどんな反応をしますか?



例

「めんどくさ」

「うるさいなあ」 「ウザイ」 「わかってるよ」 「勝手に触らないで!」 「ほっといてよ! 「しつこいなあ!

「ヤダ」

「話しかけないで」 「言いたくない」

「言いたくない」 その場からいなくなる 「はい、はい」 物やきょうだいに 無視する ハつ当たり

とぼける

そんな子どもの様子を見て、あなたは…?



例

「どうしてそういうこと言うの」

「親に向かって何なの、その態度」

「言われないとできないでしょう」

「自分が悪いからでしょう?」

「親の話はちゃんと聞きなさい」

「嫌なら言われる前にやりなさい」

「自分で決めたこともできないの?」

「返事くらいしなさい」

「そんなことだから繰り返すのよ」

「だいたいあなたはいつも……」

「言いたいことを言いなさい」

「勝手なこと言うな!」

「あなたのために言ってるんでしょ」

「開き直ってどうするの」

「社会に出たら通用しないぞ」

スマホを取り上げる

外出禁止にする

おこづかいをあげない

長時間説教する

親も無視する

©

何度声をかけても子どもの行動が改善されず、 負のスパイラルに陥るのはなぜ?

気になることを注意しても、声をかけても、何度も何度も同じことの繰り返し。 一向に改善される気配もなく、それどころか親子関係は気まずくなるばかり……。 5、6ページで記入したA~Dを下の図に記入してみましょう。 変えられそうなのはどれですか?



のでしょう? 親は、「こんな親子関係を

この怒り、いったいどこから湧いてくるそう、親だって頭にくるんです。

校見学はやめだ!」

い。さらには言い訳、生返事。ああ、腹が立に、まったくこちらの気持ちが伝わらながる。良かれと思って声をかけているの

「お前がそんな態度なら、今日は高

うその子を思えばこその願いがあるのに、作りたい」「こんな人に育ってほしい」とい

け取ってもらえない」と感じることで怒り

と、近く、発見がありそうです。

スッとして「眠いから」と後部座席に寝転で話をしよう」と誘ったのに、息子はムを出すことになりました。「助手席に座っを対すことになりました。「助手席に座っを対するといるが、父親が休日に車

6

負のスパイラルが進んでいくと、 子どもたちの中で何が起こるのでしょうか?

うまくいかないのは 全部自分のせい

何をやっても 認められない 自分の意見を言っても 何も変わらない

大人は自分を 理解してくれない

自分に自信がない。 自分は無力

将来に夢や希望が 持てない

負のスパイラルが続くと、子どもたちは「自分はダメなんだ・・・」という思いを抱え、 本当の気持ちを押さえ込んでしまうこともあります。 それでは、子どもたちは親にどう接してほしいと思っているのでしょう? 自らの思春期を振り返った大学生からはこんな声が集まりました。

ひとりの人間として 見てほしかった

口を出す前に 見守ってほしかった 否定せず、まず話を 聞いてほしかった

ほめてほしかった

緒に考えて

人と比べないで ほしかった

失敗しても責めないで ほしかった

あなたは自分が中学生のころ、親にどんなふうに 接してほしかったですか? 思い出してみましょう。

経験者として、先輩として、中学生の応 己肯定感」)と感じられるように、中学生 のでもありません。思春期は、体と心が 分っていいな。好きだな。まんざらでもな を支えてみませんか。子ども自身が、「自 でしょうか。大人へと成長する途中の体 化に戸惑っているといえます。 いな」(ちょっと難しい言葉で言えば「自 も心も丸ごと受け止めながら、その成長 大切な時期であり、子ども自身もその変 大きく変化し、大人へと成長するための ません。いつからいつまでと期限のあるも も多いのではないでしょうか 思春期は突然やってくるわけではあり ではそんな時期に、親は何ができるの

気持ちがさっぱり分からない」という方 学生経験者。体つきが変わり、他人の目 りに過ごしてきたはずなのに、「わが子の まるいわゆる「思春期」を、誰もが自分な ありませんでしたか。中学生前後から始 生のころ、そんな自分の変化に戸惑い が気になり、異性への関心が高まる。中学 ちょっと考えてみれば、大人の誰もが中

負のスパイラルから抜け出すために 具体的に何ができるか考えてみましょう。

子どもたちはとても敏感です。あなたの声かけや態度、

ふいに見せる表情などがほんの少し変わるだけで、子どもの反応は少しずつ変化します。 そして、それを受けて、またあなたの声かけや反応も変化していくはずです。 親子の関係はより柔軟に、負のスパイラルは正のスパイラルに変化していくでしょう。



負のスパイラルから 抜け出すヒント集

自分の中学生時代を思い出す 自分の失敗談を話す ほかの人によいところを聞く 腹が立ったら少し離れる 場所やタイミングを変える 子どもに手紙を書く LINEで気持ちを伝えてみる 「あなたはどう思う?」と聞く 子どもの短所を長所に変換 幼いころの写真を見る 注意することをひとつに絞る おどけながら声をかけてみる 子どもの意見に「いいね!」 思いを素直に伝えてみる

> をかけても、思いが伝わりません。おだや でいました。将来を心配して一生懸命声

かに話そうと頑張っても、子どもの態度に

イラッとして声が大きくなり、引くに引

けない状態に……。

と伝わっているかって? それは、いつか でいる顔を見たい」などただ素直につぶや 志望校に入れなくていいのか」と注意す 持ちを書くことです。「携帯ばかりして。 遅くまで起きているみたいだけど、よく 分の気持ちをつぶやきました。「最近、夜 のは、毎日必ず何度も使う「トイレ」で たアイデア。それは、「伝えたい思いを紙 くのです。最近では、つぶやきに絵も加 いなくて心配。春、志望校に合格して喜ん るのではなく、「最近、勉強に集中できて りしていた」など。意識したのは自分の気 眠れているか心配」「今日の試合、いい走 に書いて貼る」ことでした。思い浮かんだ さすがにこの状態はまずいとひらめい トの切れ端を使い、壁に何枚も自

ある父親が、息子の勉強のことで悩ん

9

8

大人は子どもの応援団

親子の関係を柔軟に組み替えて 「ひとりの人として」子どもとの関係を。

子育ても、泣けば抱っこしてあやし、ご飯にトイレ、お風呂に着替え、寝かし付けなど、 何かと手をかけなければならないところからのスタートでしたが、今ではもう中学生。 一人でも一通りのことはできるようになりました。

子どもたちは親が思う以上に成長し、時に親を越えよう、親から離れようと、 「ひとりの人として」自立に向かっているのです。

からないことがあって当然です。その知識

ンが急速に発展しているこの時代、親はわ

ら、丁寧に雑巾を縫ってあげるそうです。

様子。「しょうがないなぁ」と言

いなが

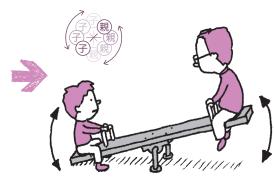
中学生にもなると親以上に上手にでき

ムやスマホ、パソコ



親が近くで手をかけ、見守る 密接な関係

常に親から子へ伝える、教える関係ではなく、子ども の考えや意見をじっくりと聞いたり、何かを教えても らったり、親も子も、上になったり下になったり斜め になったりしてバランスをとりながら、お互いをひと りの人として尊重する関係を考えてみましょう。



少し距離をとり、心は近くに。 お互い上になったり下になったりする柔軟な関係

もは反抗的な彼女もちょっと大人になった

!」と母親から頼まれるからです。いつ

ょうに感じ、頼まれごともまんざらではな

ることのできる自分」を誇らしく思うこ それは子どもを一人前と認めたサインに を出し、教えてもらうのもよいでしょう。 か。時には、子どもに「ヘルプ!」とSOS ではかなわないこともあります。 などを楽しみ、家族で遊んでみません この機会に、自分も子どもの好きなゲ

プー 」は魔法の言葉

を縫うのは彼女の役目。「お母さんちょっと

の弟がいます。弟が学校に持っていく雑巾

子どもへの声かけには、親子関係が表れます。 また逆に、声かけや対応を変えることで、 関係も変化します。

常に上からのかかわりではなく、子どもが上になったり、横になったり、 斜めになることで、声かけも変わってきます。 柔軟に対応してくれる親に対して、子どもは信頼感を高め、 ひとりの人として尊重されることを感じられるようになります。 イラストを参考に、あなたなら子どもとどんなやりとりができるか考えてみましょう。



「これ、教えて」 子どもが上の関係 子どもに何かを教えてもらう。



「こうしたらいいかもね」 斜めの関係



「これ、どう思う? | 横の関係

考えや意見を聞きながらサポート。 対等の立場で考えや意見を交換。







親子だからこそ、 お互いを認め合う関係を作りたい。

親は子どもに対してしかったり、心配したり、指示を出したりするだけではなく、 子どもは親に対して無視をしたり、反抗したりするだけではない関係を作ってい くためには、どうすればよいかを考えてきました。親も子どもも、親子である前 に、誰もがひとりの人として認められたいという思いを持っています。人は、自 分にとって大切な人に尊重されることで、「自分は価値のある人間なんだ」とい う思い(自己肯定感)がはぐくまれ、そこから生きる力、チャレンジする力が生まれ ます。その大切な場所のひとつが、親子関係なのです。

10

前早稲田大学大学院 教職研究科 教授 野 靜

るといわれています。いわゆる 題となっています。 と考えている中学生が増えてい 自己肯定感の低下が大きな問 い」「自分には価値がない」など 生きている意味がわからな

ると、その子に価値がないなん らなくなってしまいます。 巣で作られる針の穴ほどの大 てことは絶対にありません。 し、いのちという視点から考え と親はどうしたらいいのかわか いんでしょ!」などと言われる 「自分なんていないほうがい いのちの始まりは、母親の卵

きさの卵細胞です。

そこに約

れたからに他なりません。長い どの先祖がいのちをつないでく ができたのは、数え切れないほ

人はその営みの中で他の人の世

私たちが生まれてくること

て生まれてきたのです。 たくて、壮絶な競争を勝ち抜い 子どもは生まれたくて生まれ にも増え出産を迎えるのです。 ろから始まります。いくつもの よって遺伝子が伝達されるとこ たたった一つの父親の精子に 3 細胞が母親の子宮の中で6兆 奇跡的な状況を克服し、一つの のち、必要のないいのちは決 億の激烈な競争を勝ち抜

してないのです。 無駄な

> ないなどと言っては、 つなげられたいのちに価値が 思いが湧いてきます。こうして をつないでくれました」という 抜け、「よく自分のところまで命 ありました。それらをくぐり あり、大地震をはじめ大災害が 歴史の中で何度も戦や戦争が し訳が立ちません。 先祖に 申

いのちを受け継ぐ宣言 いただきます」 は

たくさんの人の世話にならなけ 家を建てることも、自分以外の でやっている人は一人もいませ すが、自分のことをすべて自分 とができません。「自分のこと きていくことができません。 れば成り立ちません。そして、 ん。食べるものも、着るものも、 は自分でやりなさい」と言いま た、たった一人でも生きていくこ 人間は生まれただけでは生

> てくるような気がします。 ば、親子のかかわりに光が見え 存在を意識できるようになれ

ない人間などいないのです。 ができます。基本的に役に立 のためになっているということ 話になり、一方どこかで他 0

私がしっかり生きますよ、と宣 て生かされているのです。 言していると考えていいでしょ かった牛や豚たちの代わりに て食事をします。もっと生きた えさせて「いただきます」と言っ 等のいのちを自分のいのちに代 親も子も、それぞれのいのち 人間は、牛や豚、鳥や魚、野 誰もが、他のいのちによっ

ラム開発研究発表に携わる 力校研究発表・いのちの学習」 究発表・文部科学省小中連携教育実践 合的な学習の時間のカリキュラム開発研 幼稚園の校長・園長を歴任。その間、 校・幼稚園、新宿区立四谷第六小学校 立母島小・中学校、新宿区立大久保小学 職研究科教授。14年にわたり、 すがの・せいじ 前早稲田大学大学院 カリキ 小笠原村