

Dr.ひろみの

ハッピー子育てひろば



☆プロフィール☆
鈴木 裕美 (すずき ひろみ)
香川大学医学部 小児科専門医

保護者の皆さん、こんにちは。香川大学の鈴木です。前代未聞の長期ステイホーム、外出がはばかれるゴールデンウィーク。こんな大変な毎日がいつか教科書に載る日もやってきて、歴史になるかと思うと不思議ですね。

さて、前回の、子どもが求める3つのこと ① 愛情「愛してほしい！」トライできましたか？最初は期待した反応がないかもしれませんが、できることを1つずつ、1回ずつ続けてみましょう。子どもの嬉しそうな顔がごほうびです。

今回は2つ目の『関心』です

見てほしい、聞いてほしい、わかってほしい、困っていたら助けてほしい

子どもは毎日、心を揺さぶる「ちょっとしたこと」で上がったたり下がったり大忙しです。

嬉しかったこと

傷ついたこと

笑ったこと

好きな人のこと

できたこと

腹が立ったこと

恥ずかしかったこと

悔しくて泣いたこと



子どものことに「関心」を示しましょう。

✿子どもの話には新しい発見がいっぱいです。✿

子どもが求める3つのこと

- ① 愛情 「愛してほしい」
- ② 関心 「見てほしい」
- ③ 前向きな注目 「認めてほしい」



「ねえ」と話しかけてきたとき、
話したようにそばに寄ってきたとき、

今週のトライ

1日1回 子どもに
関心を示しましょう

☑手を止めて、
☑子どもの顔を(目を)見て、
話を聞いてください。

1~2分でOKです。「おもしろい考えだね」「どうやるのかな」「なるほどね」「どうしてそう思うの?」「もっと詳しく聞かせて」など嬉しい相槌を打ってみよう。

思春期はそもそも心のドアが閉まってしまう、子どもの関心に寄り添うことが難しい時期です。でも子どもはドアの隙間から伺い、試みに呟きます。「学校に行きたくないな。」「勉強なんて意味ない。俺はユーチューバーになりたいんだ。」「最近の生き甲斐はゲーム！」親ががっかりして叱ったり、正論で責めるとドアは固く閉じられ、二度と本当のことを話さないと決意させてしまいます。「学校に行きたくない気持ち」「ユーチューバーへの憧れ」「子どもを虜にするゲームの面白さ」親の希望や常識や心配を一旦おいて、目の前の子どもが何を求め、何を考えているのか純粋に関心をもってみませんか。くだらない！という言葉飲み込んで、「どうしてそう思うの？話を聞かせて。」と温かく問いかけてみましょう。「お父(母)さんは私のことに興味を持っている、受け入れられている。」そんな想いが心のドアを開け、あなたの言葉を受け入れることができるのです。まずは大人が話を聞きましょう。