

Dr.ひろみの

ハッピー子育て

か る た

ひ ろ ば

みなさん、こんにちは！先日、とある学会に参加したら、いろいろな人に会いました。宇宙飛行士の金井宣茂さん（6カ月宇宙にいたそうです）を始め、プロのオペラ歌手やピアニストで子どもに「本物」を届ける活動をしている方々、戦争や災害でトラウマを抱える子どもたちと映画を作る精神科医、子どものスマホ・ネット依存予防のために活動する先生方、健康教育に用いるすごろく教材を開発する先生方など、日本中でおもしろく、熱い方はたくさんいるんだなと感心しました。オペラ歌手の方には香川に来てくれるよう頼んでおきましたので、お楽しみに！



☆読み手☆
鈴木 裕美（すずき ひろみ）
香川大学医学部 小児科専門医

54

やって当然と
かんちがい
やらないと
子どもに怒られる



53

たのまれないのに
手を出し
口を出し
感謝されないどころか



今月のかるた解説

「自分が言わないと子どもは何もできない」という親御さんは多くいます。10年以上、片付けなさい、宿題をしなさい、お風呂に入りなさい、洗濯物を出しなさい、提出物を出しなさいなど言い続けても効果なし。親が自らかばんを探り、洗濯物を取り出したり、水筒を出して洗ったり。自分の時間を犠牲にしているいろいろなやってあげてるのに、「ありがとう」どころか、うるさがられたり無視されたり、報われませんね。

私は自分が忙しくなったのもありますが、ある時から「頼まれないことはやらない」と決めました。自分が困るわけでもないのに、なぜやる必要があるのか。「やってあげるのをやめられない自分」に腹が立ったのです。思春期過ぎても子どもに手を出し口を出していると、親がやるのが当然と勘違いし、寝坊すると「なんで起こしてくれなかったの?!」、忘れ物すると「なんで用意してくれなかったの?!」と子どもに逆に怒られるはめになります。「脱お世話係」をしませんか？「言わないと本当にできないのか」を検証してみませんか？先回りしてやって感謝されず怒られるなら、「頼まれたことだけをして感謝される」方がよっぽど健康な親子関係ですよ。

