

(手持ち) こんなことでお困りではありませんか？

- 反抗期で親の言うことを聞かない
- 子どもの気持ちがわからない
- 何度言っても聞かないので怒ってしまう
- 叱ってばかりでいやになる
- 子どものほめ方がわからない
- やる気の出させ方がわからない
- 子どもと会話がなくて寂しい
- 会話が続かなくて困っている
- 子どものしかり方がわからない



親子のコミュニケーションがよくなる魔法をかけませんか？

1 子どもの話を聞く

ありきたりですが、どれかひとつと言われればこれに尽きます。いくつになっても子どもは親に自分のことをわかって欲しいのです。子どもの自慢話も悩みも、ムカついた話も、なんでも聞きましょう。意見は求められた時だけするようにしましょう。

最初は否定も肯定もせずただただ全部聞くのがよいです。

2 自分のことを話す

「子どもには何も心配させたくない」といって何も自分自身のことを話さないことが果たして親として一番よいことでしょうか？親だって一人の弱い人間で、悩みもあれば情けない面もあります。

立派な親を演じることが、必ずしも親子関係をよくするとは限りません。

自分が過去通って来た道、そして現在の状況で、話せることは率直に話してみましょう。

「昔の学校生活」「恋愛の話」「仕事の話」「失敗したこと」「成功したこと」「生活のこと」「悩んでいること」「夢」など。

親が語る言葉は子どもの心にきくと響きます。お説教ではなく、友人に話すように話してみましょう。

そして意見も聞いてみましょう。また、違った発見があるかもしれません。

3 共有できることを増やす

「趣味友」という言葉がありますね。親子でも趣味を共有できるのは楽しいことです。

共有できるモノや一緒に楽しめる時間を増やしましょう。

「本」「漫画」「映画などのDVD」「音楽」「アート」「ファッション」「スポーツ」「旅行」など何でもよいです。

大きくなった子どもだからこそ、一緒にできることってたくさんありますね。

4 「個みゆにけーしょん」を大事にする

時には親の役割をちょっとおいて置いて、「個」として子どもと向かい合ってみましょう。

親が子どもを「1人の対等な人間として尊重すること」は、何よりも子どもの自信につながります。

特に思春期・青年期の自立の時代にはとても重要なことです。家庭をファミリーという単位で捉えがちですが、子ども一人ひとりと1対1で話をしたり、二人で出かけたりすることは、親と子それぞれに絆を深めるのによい機会です。

子どもが大きくなると家族全員で時間を合わせるのが難しくなります。

ぜひ「個みゆにけーしょん」をトライしてみてください。

5 子どもの「大切な人」を理解する

子どもを知るにはまずは友達や彼氏・彼女を知りましょう。親は見えない子どもの言動に不安に駆られるものです。

子どもの友だちや彼氏・彼女を家に遊びに呼びましょう。

『子どもの大切な人』を理解することは、親子のコミュニケーションを潤滑にするためのひとつのハードルです。

大げさに考えなくていいんです。子どもの「今」を知ることが大事です。

彼らと良いコミュニケーションがとれれば、何かのときにも力になってくれます。

それに親に見せない一面を彼らをとおして知るのには興味深いものです。

6 「北風と太陽」の太陽になる

子どもが「間違っている」と思ったときに、頭ごなしに叱るだけが方法ではありません。

力を持って抑圧すると、反発もそれだけ大きいものとなります。反発しなかったとしてもかたくなに口を閉ざすことにもなりかねません。

だからと言って何でも子どもに迎合するのがよいわけはありません。

難しいことですが、まずは「そうだね、気持ちもわかるよ」とよく話を聞いて、そこから「でもね・・・」と続けましょう。

コミュニケーションは会話が成立する状態にないとなり立ちません。

「北風と太陽」の物語のように、暖かな日差しでトゲトゲした心を溶かすことが大切です。

7 「世間」や「常識」でごまかさない

「みんなもそうだから」「常識ではそうだから」というのは親も子もよく使う逃げの口上です。

でも、説得力があるかといえば、そんなどこかの誰かの話などはたいした効き目はありません。

子どもは一般論を聞きたいわけではないのです。

「世間」とか「一般常識」とかを持ち出さずに、「自分たち」の話をしましょう。

親として自分がどうしたいのか、どうして欲しいのかを自分の言葉で伝える努力をしましょう。

(参考・引用)

「親子のコミュニケーションがよくなる魔法をかけませんか？」は、思春期・青年期の「親子スタイル」7つの魔法から掲載しています。

<http://www.oyakostyle.com/magic/>