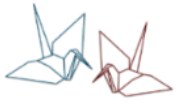


未来に向かって伸びる鶴嶺の子

鶴小だより 9月号

茅ヶ崎市立鶴嶺小学校
校長 日高 大司郎
令和6年9月2日発行



キレない子の育て方

「キレル」という言葉、聞いたことや使ったことがあるという方も多いと思います。校長室の書架にあって、夏休み中に手に取った「キレない子の育て方」という、上級カウンセラー田中和代さんの著書の内容を、お伝えしたいと思います。

さて、「キレル」とは、一体どのような状態を指すのでしょうか。田中さんは、「自分の思うようにならない時、その状況以上の怒りを爆発させたり、ありえないような行動をとったりすること」「自分の思うようにならない時、それまで行ってきた努力をあきらめてしまうこと」としています。

学校生活の中では、もちろんのこと、社会では、努力しても分かってもらえなかったり、報われないことも多かったです。さらに、人間関係にもあきらめが早いので、困ったときに助けてくれる友人や恋人もできにくいとのこと。キレル子にとって、人生はつらいものとなってしまいます。

それでは、なぜ「キレて」しまうのでしょうか。「キレル」のは、「自分の思うように物事が進まない時」です。つまり、問題が起こって「困ったな」となった時です。しかし、「困ったな」となったとき、「解決方法」が分かればキレません。また、「がまん」できればキレません。他人に「教わる」「助けてもらう」など、他の人に頼ることができればキレません。問題は「解決方法が分からない」場合なのです。たとえ分からなくとも、「きっと解決できるという自信」があれば、これもキレずにすみません。

では、どのようにしてそれを身に付けさせられるのでしょうか。田中さんは、4つの力が必要だとおっしゃっています。

①「困った」を乗り越えた経験をもつ

生活する中で、「困った」を乗り越えたことがある子は、問題が生じてもキレません。前の経験からヒントを得ているからです。

②自信（高い自己評価）をもつ

「困ったを乗り越えた経験」の他に、周囲から今の自分を認めてもらえることで、自己評価が高くなりキレません。

③がまんできる（忍耐）

苦しくても我慢できればキレません。

④コミュニケーションの力がある（人間関係）

人とよい関係をつくっておくことで、解決できる問題は多いのです。人に頼ることができれば、キレません。

それでは、それぞれを詳しく見ていきましょう。まずは、「困った」を乗り越えた経験をもつです。親は「子どもがかわいそう」と子どもが困る前に手をさしのべたくなります。しかし、手を出せばかかると、本人は「困った」経験することが少なく、自分のことを心配しない子に育ちます。親は、心を鬼にして「今子どもを困らせるのは、社会に出てから困った状況を乗り越える練習だ」と思って見守る事が大切です。「そろそろ時間よー。」なんて登校の時、声をかけていませんか。言いたいのをぐっと我慢しましょう。自分が失敗すると親の責任にして怒る子も時々いますね。これは、自分で決めさせていないからです。幼い頃から、「自己決定・自己責任」の経験を積ませましょう。

次に、「自信（高い自己評価）をもつ」についてです。実力と自信はイコールではありません。力があつたとしても、必ずしも自信があるわけではないのです。逆に、実力はそれほどなかったとしても、自信があれば、「なんとかなるさ」と、失敗してもやり直せるので、力を発揮できることが多いように思います。この自信をもたせるためには、その子のよいところをみつけて、ほめることです。そのコツは、よい点をほめる、リフレーミング（視点を変えて）してほめる、ほめる状況をつくってほめるです。やってみてください。

その次は、「がまんできる（忍耐）」です。子どもは物をほしがることも多いですよ。この時どう対応するかはチャンスです。誕生日やクリスマスに買ってあげる約束をして、普段買えないようなものを買ってあげます。本当にほしいものを買ってもらう約束をして、我慢して待つ喜びを体験させましょう。安い物を度々買うことは、待つことや我慢する体験を奪います。

最後は、「コミュニケーションの力がある（人間関係）」です。コミュニケーションの能力の段階は、笑顔→あいさつ→会話です。笑顔のためには、一緒にいて、かわいがることです。意識して接することで愛着や笑顔が育ちます。笑顔から会話へのコミュニケーションをつなぐのがあいさつです。言葉をしゃべれない赤ちゃんの時から、家族とあいさつするよう親が教えてください。自分でできない幼い頃は、親が補助してあいさつさせましょう。まわりの大人は、あいさつできたことを、頭をなでたり、ほめてあげることが大切になります。

子どもたちは、大人の関わり次第でよくなります。逆を言えば、大人の関わり次第でダメにもなるのです。心しておきたいといつも思っています。