



叱られたり注意されたときの反応は？

学校でできて、時には暴言や暴力をふるったり、自分を傷つけたり、パニックになったりするお子さんについての相談を受けることがあります。そういった状態は、育ちの途上におけるSOSのサインだと考えられます。不安を頭痛や腹痛であらわす子も、暴言や暴力であらわす子も、そのサインの表現の違いに過ぎないそうです。子どもが身体症状や不登校という形でSOSを知らせている場合は、こころが傷ついた子どもとして周囲から優しくしてもらえることが多いのですが、「きれる」「暴言」「暴力」という形でSOSを表すことの場合、こころが傷ついている子どもとして周囲から優しくしてもらえることは、ほとんどありません。暴力をふるった場合は、被害者がでるため、特に難しいと思われま

す。「この子を何とかしなければ！」と強く思うほど、愛情ゆえにただただ叱責を繰り返すことはよくあることだと思います。叱責ばかりが繰り返されると、子どもは「自分は世の中に必要のないダメな人間なんだ」という思いが刷り込まれ、自己否定的になってしまいます。そして、救いを求めるSOSの気持ちはさらに強くなり、困った行動がさらに増えていくことが多いようです。

子どもたちのさまざまな困った行動は、自分の身体の中を流れる不快感(怒り、恐怖、悲しみ、不安、憎しみなど)をどのように処理しているのかわからないことから起こってき

「がまんする力を育てる」ということ

イヤなことがあっても、すぐにきれずに「がまんできる」ということは、わきあがってくる不快感を適切に処理し、安全に抱えることができるということを意味しています。

お風呂に入る時間なのに、YouTubeを見続けている時に、「お風呂に入りなさい」と言ったら、怒ってかんしゃくを起してしまったとします。この子は、YouTubeが楽しいという感情と、やめてお風呂に入らなくてはいけないという理性との葛藤から不快な感情が溢れて、統制ができない状態にあると思われま

す。不快感を適切に処理することができる子どもは、対人関係も良好なようです。反対に不快感を適切に処理することに困難を抱える子どもは、保護者や先生など周囲の大人にとって、いらだちや腹立たしさを喚起するような行動をとってしまうことが多いようです。

例えば、掃除をさぼっているAくん、Bくん、Cくんの3人が先生に注意されているとします。Aくんは先生の顔を見て申し訳なさそうな表情で「ごめんなさい」と言いました。Bくんは、落ち着かなくなり、先生と目を合わせることもできなくなりました。さらにそのことを注意すると、目が泳い

ば一としてしまいました。Cくんは「僕だけじゃない！女子だってさぼっていた子がいる！」「さぼっていたんじゃない、考え事をしていたんだ」と必死の言い訳と屁理屈を繰り広げました。

Aくんのような反応は、後悔と反省の気持ちでいることが伝わります。一方でBくんとCくんの反応は先生にいら立ちを喚起するため、その結果として注意がぐどくなり、先生も感情的になりがちです。このような場面は、子どもにとって、恐れ、恥、悲しみ、劣等感などの不快感を引き起こす場面です。そしてこういった不快感に持ちこたえられない状態にある子どもは、Cくんのように言い訳や屁理屈によって、葛藤を回避しようとすることに必死になったり、Bくんのように、意識そのものがその場にとどまっていることができず、ぼーっとなってしまうたりします。つまり、謝ることが難しい状況になっているといえます。

風呂に入らせる」という枠組みを守ること、それによって子どもの感情は育ち、しつけられるのだそうです。

「YouTube楽しかったんだね。もっと見ていたかったのに残念で悔しいんだよね」と大人が感情を言語化します。感情はフィットする言葉とつながるとおさまってくるものですし、子どもも自分の思いを受け止めてもらえたと感じま

す。しかし、「お風呂に入る」という枠組みがあるからこそ、不快感の承認が「がまん＝自律」を促していくのだそうです。子どもは時間を掛けて、自分の力で自分の不快感をおさめて、お風呂に入るという枠組みに自分を合わせようとしていきます。たとえ30分かかって、お風呂に入ろうとした時に「お風呂に入るのね」とほめます。この繰り返しによって、子どもは自分の不快感を安全に抱えることを学んでいくということです。