

Q 年長の息子がいます。幼稚園は楽しく通っていますが、引っ込み思案で帰り道で友達が遊んでいてもその輪に入れず、帰宅後に泣いて家族に当たったりします。普段は身の回りのこともできてしっかりしている方だと思えます。家族にぶつけたりせず、自分の気持ちを上手に表現してもらうにはどうすればよいでしょうか？

A 友達の輪に入りたいたいけど入れない。その悔しさを泣くことで家族に訴える。どうやらお子さんは自分の気持ちをうまく伝えられないようです。もしも普段よく笑うのなら、泣くことも含め、気持ちの表現はできているので、あとは「言葉で伝える」ができればいいですね。

それはあなたも承知で、「僕も入れて」って言うね」「泣かないで言葉で言ってみよう」などは、普段から言っていると思います。でも、お子さんはそれができないから泣くのです。そういった言葉で余計にうらなったりします。よい方法は、「言葉で伝えたらうまへった」とい

気持ちを伝えられず親に当たる



原坂一郎の

子育て相談

う成功体験を多く重ねることです。そのためには普段から、お子さんの言葉を待って初めて動くという習慣をつけてください。たとえば、何も言っていないのにお茶を入れたりせず、「お茶ちょうだい」と言ったときに、「あ、お茶がほしいのね」と言って入れる。お子さんが「〇〇へ行きたい」と言ったときは、「分かった。行こうか」という感じで、「言葉で伝えたら希望が実現する」「黙っていたら伝わらなかった」という経験を増やすのです。「ちゃんとやってくれたからよく分かった」などと言うと、より効果的です。

親には当たるが友達や先生には当たらないというなら、それはひとつの甘えです。受け止めてやりましょう。その際も「分かった、分かった」と受け流すのではなく、「一緒に遊びたかったのね」「〇〇できなくて悔しいね」とその気持ちを代弁しましょう。当たりながらも親への信頼感が募っていきます。そして泣かずに言えたときは大いにほめてくださいね。(こどもコンサルタント)