

## こどもの悩み、親の気持ちを変える

2008.03.24

例年になく早く流行が始まったインフルエンザは猛威を振るうことなく、函館の地から去ってしまった様です。新しい風とともに、喘息のお子さんが増えてきました。喘息は早めの対応が肝心です。咳が出てきたら、出来るだけ早くかかりつけの先生に相談してくださいね。

4月は、こども達が新しい社会に旅立つ時です。新しい旅立ちには、こどもの巣立ちへ向けた気持ちと、それを静かに見守る親の心が必要です。臨床心理士を迎えて始めた「子どもの心相談」も、多くのお子さんとその悩みを共有し解決に向けての話しが続いています。

新しい学校に入るのが不安で高校生になるのに赤ちゃんに返ったようにいらして親に当り散らす子。新しい学校に行ったけど、自分のイメージと学校との間で葛藤し、不登校になったしまった子。どの子も皆、親のちょっとしたアドバイスと受け止めがあれば、このこどもはこんなにも悩むことはないのに・・・、と思うことが多いです。

心理士との面接の前に、多くの場合私は、こどもには困っていること、親には悩みになっている事柄が、こどもから発せられないときあるかどうかを最初に聞いています。親はこどもの悩みが毎日毎日続いていると思いがちですが、そう聞くとないときもあるということに気がついてくれます。そのないときに自分が何をしたか、周りでどんなことがあったのかが重要なのですよという、一様にえ？という顔をされます。

この子の問題は、周りの誰かのことが原因で始まったのかもしれませんが、そのストレスを家庭で上手に解消できるようであれば、その多くが解決に向かうことになります。そう、親の気持ちのちょっとした変化で、こどもは問題に立ち向かって自分で解決できるようになるのです。親を責めているわけではありません。でも、こどもの悩みを解決する一番の糸口は、親がこどもに起こっている問題に対する考えを変えることです。ちょっと立ち止まって冷静に考えてみてはくれませんか？