

不登校にならないために親は我が子がどう育てればいいのか？

結論を言えば、それは不登校をもたらす心理状態を生まない育て方をすることです。

その不登校をもたらす心理状態というのは、

一つは、自尊感情が低いため同世代の仲間と関わりづらく、また感性も低いため自分の感情を押し殺し、周りの視線を異常に気にする余りに、仲間たちの間に入っていけないんです。

二つ目は、自己主張力と自己統制力の司る父性が弱く、年齢に応じた行動、学齢期では学校に行くという行動に、自分をコントロールできずにいます。

そして三つ目は、知性、そう、客観的にものごとを考える、論理的に考える部分が高い場合は思い込みが激しく、低い場合はそうした自分の状態を俯瞰できないでいます。

そうした心理状態を生まない育て方をすることです。

ではそのために、親はどうすればいい？

まずは一つ目、子どもの自尊感情を育てることです。

毎日子どもの好ましい行動、例えば、ごみを拾ってくれた、そんなちっさいことでいいです、そんな好ましい行動を褒めることです。これはよく「褒め育て」と言われていますが、私はただ褒めるだけでは不十分だと思います。褒めた後さらに、その行動がお父さん、お母さんは嬉しい、という気持ちを伝えることが大事です。それを1日に3回以上はやって頂きたい。

そうしたお父さん、お母さんの言動が子どもの自尊感情を育て、この世で一番大好きな親によって子どもの承認欲求が満たされます。

繰り返しますが、ただ褒めるだけでは不十分です。お父さん、お母さんは嬉しい、という気持ちを伝えることが大事です。

そして、子どもはお父さん、お母さんがいて、初めてこの世に生を受けます。だから、子どもを受胎したその時からおなかの中で赤ちゃんを育てているお母さんは勿論、お父さんも常にお母さんのおなかを触りながらおなかの中の赤ちゃんに語り掛け、赤ちゃんに父親の存在も認識させる接し方をして下さい。胎教です。

そして子どもが産まれてきてからも、お母さんは勿論、お父さんもできる限り、子どもに接して下さい。おむつを替えたり、お風呂にいれたり、抱っこもやって、「お父さん、お母さんにとって、お前は一番大事な子なんだよ」と、子どもに伝わる育て方をして下さい。

そうすることで1歳半頃までに、子どもに「基本的信頼感」が生まれるんです。この基本的信頼感が、思春期後に同世代の仲間たちと信頼し合い、群れ集う、心豊かな交流へと繋がります。

次に二つ目、自己主張力と自己統制力を司（つかさど）る父性を成長させる育て方をして下さい。

子どもがお話ができ、子ども園に通う頃からは、父親は我が子の「ダグボート」となって、子どもを社会という大海原へと導き、母親は子どもの「港」となって、社会の大海原から疲れて帰ってきた子どもの心を癒してください。

でも、嫉めることを忘れないことです。子どもを信じて行動を見守り、子どもが尋ねてきたらアドバイスする、そうした育て方をするです。

例えば、遊びです。同世代の子ども達との遊びはとても大事です。遊びは、ルールがあって成り立つ競技です。社会と同じです。だから、子どもの非認知能力、即ち、遊びのルールが社会的制御能力を、今は他の人が話しているから、自分が口を挟んではいけないなどと、「自制する」能力や、「感情の制御能力」、負けて悔しく面白くないからといって相手に殴りかかったり、相手を罵倒してはいけない、という、遊びは感情を抑制する能力を育てます。だから、子どもの遊びや喧嘩に、すぐに親が入らないことです。

勿論、大きな身体的な危害が及ぶ場合は別ですよ。多少の傷は、構わない。かえって、ああ、こう殴れば痛いんだ、こんなことを言えば相手はとても嫌な気持ちになるんだ、という、「体の痛み」「心の痛み」を学びます。

子どもが小学校や中学校に上る時もそうです。真新しいランドセルや爪入りの制服を前にして、お父さんは、お父さんの小学校入学の時や、中学校に上がる時を思い出して、お父さんは昔、今の一級建築士になりたくて学校で勉強したもんだ、だからお前も小学校や中学校で勉強や運動を身に着けて、自分の将来を、自分で切り開いてほしいと、子どもを社会に導いてやって下さい。

お母さんはお母さんで、子ども前では決してお父さんのことを愚痴らないでください。これはお父さんも同じです。お母さん、お父さんのそれぞれの愚痴や悪口は、子どもがお父さん、お母さんへの信頼を欠くことになり、正常な親子関係を崩します。

子どもが大きくなってお父さんやお母さんの言うことを聞かない。勿論反抗期もありますが、それは小さい頃から聞かされてきたお母さん、お父さんのそれぞれの愚痴や悪口が、その原因だったことはよくあります。

そしてお母さんは、学校で友達にからかわれ、泣いて帰ってきた子どもの心を癒して下さい。

「あんなやつ、殴って殺したいよ。」

「そう、友達を殴って殺したいんだね。」と。

「違うよ、違うよ、お母さん、僕はあいつを殴って殺さないよ。」

「そう、良かった。それほど悔しいんだね。」

これが「共感」「受容の心」です。

「そう、僕はホント悔しいんだけど、我慢したんだ。」

「そう、よく我慢したね。立派だよ。でもね、その友達に、そんなことをすんなよ、そんなこと言うなよ。僕はとっても嫌な気持ちになるだって、友達に言ってもいいんだよ。」って。

あるいは、テレビで社会的な事件、例えばオレオレ詐欺や役所のお金を職員が使い込んでしまった事件などのニュースを一緒に見ながら、「お父さんは〇〇と思うが、お前はどうか思う？」と話しかけ、自分で考え、意見を言わせることもいいです。でも、その時に、その意見を否定しないで下さいね。むしろ、どんな意見でも、言えたことを褒めてやって下さい。

友達への暴力を抑え、自分の嫌な気持ちをその友達に言う。人に自分の考えを口に出して言うことが、子どもの自制能力や自己主張力、父性を、そして、感情を常に押し殺すことなく、適度に発露する感性を育てます。

そうした育て方によって、この世で一番大好きな親によって子どもの承認欲求も更に満たされ、それが子どもの心の安定に繋がり、ゲーム依存や問題行動には陥ることにはならないです。

そこで注意することが、親の過干渉にならないことです。親の課題と子どもの課題をしっかり振り分けて育てることが大切です。アドラーらが言う、「課題の分離」です。

例えば、朝起こすこと。朝、1回は起こすのは、親の課題かもしれません。でも、それで起きるか起きないかは子どもの課題です。親が何回も起こすことは、親の課題ではないです。親が何回も起こせば、子どもはまた起こしに来てくれると思い、二度寝、三度寝します。自分の意志で起きなくなります。そうして、起こす一起きない、という「心理ゲーム」になり、最後はお互いにイヤな気持ちで終わります。

「勉強しなさい！」と言うのも同じです。勉強するかしないかは、子どもの課題です。だから、そこに親はそこに立ち入らないことです。

勿論、親は子どもの勉強は気になります。でも、「起きない」「勉強しない」ことを選択した子どもは、それによって得る不利益、即ち遅刻して教室に入った時の恥ずかしさ、テストでみっともない点数を取ってしまった惨めさを味わいます。そうしたことが、「自分で起きる」「親に言われなくても勉強する」行動に繋がります。

でも、時にお父さんが見かねて、自分の過去を引き合いに出し、「起きること」「勉強すること」を諭すことはいいです。大事なのは、それを子どもに判断させることです。親は子どもを信じて、子どもの行動を見守ることでいいです。そうです、親の我慢比べです。

学習塾、予備校が仕事の私の家でも、私達、親がすっかり朝寝坊し、子ども達に遅刻して登校するという、恥ずかしい思いを経験させたことが何度もありました。結果、子ども達は、親が寝ていても自分たちで起き、子どもながら朝食を作り、登校していくようになりました。ちょっと私達は、親失格ですが。

そうした親子関係の育て方から子どもが思春期後にも、同世代の仲間たちと心豊かな交流を築けるといふ、子どもの人間力も育っていきます。

そして、自ら考え、自ら判断し、自ら行動させる育て方によって、子どもの「認知能力」、適切な知性も育ち、ひいては、自分を俯瞰できる能力も育ちます。

まだまだ具体的な育て方はありますが、以上、私がこれまで不登校の子どもたちやひきこもりの若者たちと対応してきた経験から考える、我が子が不登校にならないために親のなすべき育て方の基本だと思います。

(2022年7月2日放送 FM 島田「ひげぐま先生の相談室」から)