

青年総合相談Q & A (3 1)

Q 22歳の娘の事です。高校に入ってすぐにいじめで不登校になりました。不安感が強かったので親の部屋の近くのリビングで寝起きするようにしました。今は不安感もなく生活しているのですが、いまだにリビングで寝起きをしていて困っています。

A なぜ、リビングで寝泊まりしているのか、理由を聴いて、気持ちを受け止めてから、親御さんの思っている思いを伝えてみてください。

決して「あなたは ね」と相手を責めるのではなく、「あなたがお部屋で眠ったほうが、質のよい睡眠がとれると思うのよ」と、心配していることを伝えてみてはいかがでしょうか。

以前、隣の部屋の兄がうるさくて自分の部屋に行かないという娘さんがいました。物理的に解決できることもあります。家族で、ただ「部屋に帰れ!」「いつまでいるんだ」と責めることのないように気を付けてください。

家族と言っても社会ですから、自分のわがままは通りません。しかし、社会性は命令や強制で育つことではありません。