

## 青年総合相談Q & A (4)

Q 何をやってもトラブルばかりの子どもに対して、親が注意や提案をすると抵抗するので、こちらの声もとげとげしくなってしまいます。

A お子さんのいいところ、あるいはほんの些細なできたことをたくさん書きだしてください。子どもに良くなってもらいたいから、注意すべき点をしっかりと観察し、指摘し、相手の行動を変えることは正しいことです。正しいことですが、「傷ついている子ども」は、正論を受け取る余裕がないので、親子の関係は悪くなり、悪循環が生まれます。

子どもは分かっている、できないから困っているかもしれません。

それより、「できていること」を見つける視点は、親子ともに平常心に導きます。それができてから、子どもと落ち着いて話せるようになったとき「どうなりたかったのか?」「親はどのような手伝いができるのか?」といった話が初めてできるようになるでしょう。

子どもの良い所を書き出してみるとは

親は、子どもが成長し成人をむかえても「できないところ」「だめなところ」ばかり注目しがちです。相談にいらっしゃる方でも「こんなこともできません」というお話ばかり伺っている気がします。できているところは、親にとっては「当たり前」な部分としてとらえてしまっていると思います。

例えば、買い物へ一緒に行ったとき、何も言わなくても荷物を持ってくれたり、「今日は雨かな」というとスマホで調べて「そうだよ、雨」と教えてくれたり、犬の散歩は必ず行ってくれたりします。そんな何気ないところも良い所です。改めて良い所を書き出してみると、また見方も変わってくるかもしれません。ぜひ試してみたいはいかがでしょうか。