

# こころ の 健康

～思春期の心の悩みと病～

千葉県医師会 きっかわ きよひと  
橘川 清人 医師



## ルールが 守れない子ども No.1



**「小学5年生の男の子。親の言うことを聞かず、約束を守りません。何度も怒ってやっと宿題に取りかかります。門限も守りません。どうしたらよいでしょう。」**

まずふたつのことを確認しておきたいと思います。

ひとつは、「ルールを守る力」は「言うことを聞く力」ではなく、「自分で決めて実行する力」（「自律の力」といいます）であるということ。もうひとつは、子どもが10歳になるころから、「ルール」に関して親が果たすべき役割が大きく変わること。

それでは「自分で決めて実行する力」は、どのように育まれるのでしょうか。

「自分でできるようになるのを待ってもらおうこと」によってです。

無理やり子どもを机に座らせて宿題が終わるまで親が見張っていると、宿題はできあがりませんが、やがて子どもが自分でできるようにはなりませんね。試行錯誤しながらできるようになるのを「待ってもらった」子どもだけが自分でできるようになるのです。

もうひとつ、子どもは10歳頃に何が変わるのでしょうか。それ以前とどう違うのでしょうか。この頃の子どもの「ルールはわかっている」のです。「わかっているけどやらない」のです。とくに押しつけられたと感じる時には、なぜでしょうか。「自分でできる」という感覚と誇りを傷つけられたと感じるからです。ですから、子どもが10歳頃から以降は、ルールに関しての親の役割は次のようになります。

- ① **ルールが守れない現状について「心配していること」を伝える（決して「責めない」ことがポイント）。**
- ② **子どもの言い分を聞く（どれだけ「徹底的に聞けるか」がポイント）。**
- ③ **親の言い分を伝える（「子どもの言い分を聞いてから」がポイント）。**
- ④ **その上で、どのようにしていくか目標を“子どもに”決めさせる。**

しかし子どもが決められない、あるいは決めても、それでも守れないときは？

それはまたこの次に。[次回冬号(12/10発刊予定)に続く]