

Dr.ひろみの

# ハッピー子育てひろば



☆プロフィール☆  
鈴木 裕美 (すずき ひろみ)  
香川大学医学部 小児科専門医

みなさん、こんにちは。学生時代にスポーツをしていた息子がスポーツする子どもに対する親の在り方について語っていました。自分ができないのに、子どもが失敗すると「何やってんだ！一生懸命、走れ」とネガティブな言葉を大声で叫ぶ親がいる。親はコーチでもファンでもない。純粋にサポーターとして送り迎えして、黙って見守るか、黄色い声で応援するかのどちらかにしてもらいたい。スポーツに励む子どもに向かって悪態ついて、何の力にもならない。私は試合中、恥ずかしくて大声を出せず、静かに見ていたのでよかったと言われほっとしています。でも、仕事のため高校3年で出場した試合を全く見られなかったのは、いまだに残念だったと言われます。子どもが成人してから自分の子育ての評価をされるんですよね。ドキドキです。

## 感謝される親、されない親、恨まれる親

みんな、子ども想いのいい親で、よく頑張っていますよね。それなのに、この差はなんなのでしょうか？

### 【感謝される親】子どもと適度な距離がある親

身の回りのことは自分でさせ、手も口も出すのはほどほど。助言はするけど、子どもの気持ちや意思を尊重し、最終的には自分で決めさせる。できる範囲でサポートするけど、無理をして親の生活を犠牲にしてまではしない。生涯にわたっていい親子関係をキープできる。自立した親子関係



### 【感謝されない親】過保護な親

親の生活(時間やお金)を犠牲にしてでも、子どもに何でもやってあげる。子どもができる身の回りのことも、頼まれないことも先回りしてやる。やってあげるのが当然になり、やらないと子どもに文句を言われるようになる。将来、子どもは親に依存し自立が進まず、親は時間やお金を益々費やすことになる。親が与えるだけの依存関係



### 【恨まれる親】過干渉な親

よかれと思って、あれこれ口を出し思い通りにしようとする。子どもの意思や気持ちを無視し、「あなたのため」と言って親の希望を押し付ける。できないと過剰に落胆して叱責し、子どもに劣等感や罪悪感を与え、自主性や自己肯定感を低下させる。将来、子どもは自立できず共依存になるか、支配的な親に自分の人生を奪われたと親を攻撃または疎遠にする。パワハラで歪んだ親子関係



できれば、感謝される親になりたいですよね。友人関係においても、自分を犠牲にせず、「今は仕事が忙しくてできないけど、来週末なら時間が取れるよ」などと返事をする人は、いつでもYESの人より友人から軽んじられず、感謝されるそうです。NOと言えるから、YESの価値が高まるんですよね。