

3.しつけ

正しいしつけは 子どもへの大切な贈り物。



- 子どもは「親」のぬくもりを求めています。
- 子どもはSOSがうまく言えない。
- ルールってだれのためにあるんだろう。
- 子どもの言うことを何でも聞くことが、親のやさしさとは限らない。
- 良いことをしたときはしっかりほめてあげる。
- 感情にまかせて叱ることとしつけとは違う。
- 特別な支援が必要な子どもがいます。
- いちぼんの友達はテレビ、なんて寂しすぎる。

子どもは「親」のぬくもりを求めています。



人は愛され理解されたがっている存在です。理解されないときの不満がたまるとキレることもあります。突然子どもがキレたとき、本人も親も理由がよく見えず、怒ったり苦しんだりしますが、理由はあるのです。

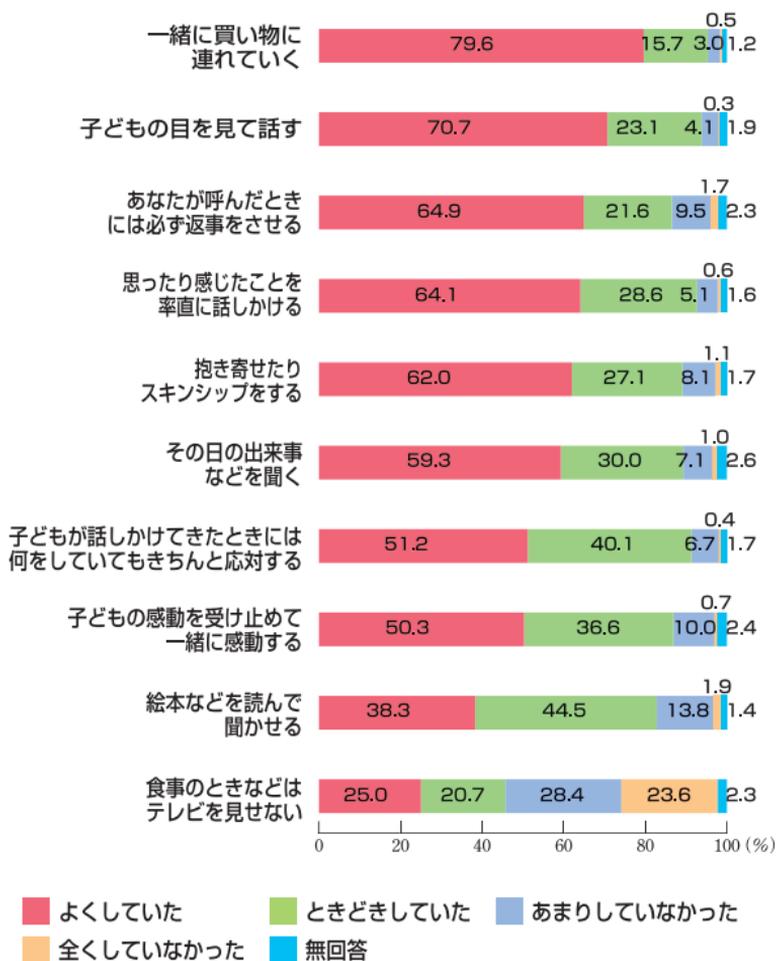
日ごろから相手の話をじっくり聞く、同じ目の高さで考える、深い関心を払う、といった姿勢を親が身につけることで、子どもは親に愛されている実感を得ることができます。

子どもは愛されていると感じるとき、安定した気持ちで問題に立ち向かうことができます。そして不必要に攻撃的にならず、他者や問題を受け入れることができ、大きく成長できるのです。

**子どもが愛されていると実感できる
コミュニケーションをする**



幼児期のときのコミュニケーションについて



(注) 25歳～54歳までの男女約3,900人を対象に調査。

資料：「家庭教育力再生に関する調査研究」平成13年・国立教育政策研究所内「家庭教育研究会」

子どもはSOSがうまく言えない。

親のイライラした感情やスキンシップの不足、過保護・過干渉などは子どもの心の健康に影響を及ぼし、それは、しばしば身体的なサインになって現れます。

腹痛・吐き気・下痢・食欲不振・めまい・頭痛・発熱といった症状や過食・不眠・指しゃぶり・爪かみ^{つめ}といった行動までさまざまなサインがあります。サインに気づいたら、病気だと心配するだけでなく、心の問題が原因になっていないか考えましょう。

「気のせいだ」「わがまま」「ズル休み」というような言葉で片づけず、様子をよく見、話をよく聞き、理解しようとする姿勢が大切です。

また、かかりつけの医師にもよく相談してみましよう。

心理的な問題による^{からだ}身体・行動のサインの例

身体：腹痛・吐き気・下痢・食欲不振
めまい・頭痛・発熱

行動：過食・不眠・指しゃぶり・爪かみ

子どもの身体や行動に現れるサインを見逃さない



ルールって だれのためにあるんだろう。



子どもたちは、家庭でのルールや約束を守ったり破ったりしながら、人との関係の在り方や社会のルールの大切さを学んでいきます。

家庭のルールには、あいさつ、家に帰る時間、寝る時間、きちんとした姿勢などの生活上のルールもあれば、他人に迷惑をかけない、うそをつかないなどといった道德上のルールもあります。

しつけに一貫性をもたせ、しっかりと身につけさせるためにも、夫婦がよく相談してはっきりしたルールをつくり、子どもとともに親もそれを守りましょう。また、子どもの意見を聞いて一緒にルールをつくるという姿勢も大切です。

我が家の生活の約束事やルールをつくる

子どもの言うことを何でも聞くことが、 親のやさしさとは限らない。



安易にモノを買い与え過ぎると、子どもは欲しいモノを手に入れるために努力したり、我慢したり、工夫したりすることができなくなります。そして、やたらとモノを欲しがり、自分の気持ちを抑えられなくなってしまいます。

ねだられても必要以上のモノを買い与えないこと。こづかいは多すぎず決まった額の中で自分でやりくりさせること。

子どものためを思うなら、お金より、心や愛情を使いましょう。



子どもに我慢を覚えさせる



本和加家の場合②



良いことをしたときは しっかりほめてあげる。



「自分さえ良ければいい」「ルールを守らない」という人は、なかなか人から信頼されないものです。子どもがそういうことをしたとき、ちゃんと正さないと、それでいいのだと勘違いした困った人に育ってしまうかもしれません。

「自分の子だけ良ければいい」という考え方（自子主義）はやめ、間違っしかたことは愛情をもって本気で叱り、正しくしつけましょう。

そして、親自身もルールに反することはしないように気をつけましょう。子どもに信頼され、尊敬される親であり続けるためにも。

間違っしかた行いはしっかり叱る



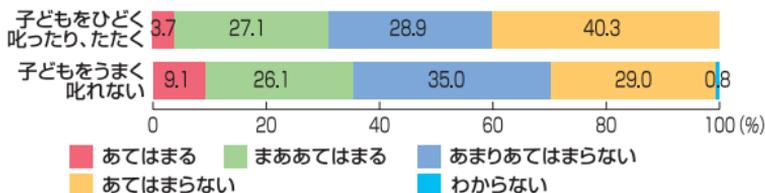
感情にまかせて叱ることと しつけとは違う。

しつけは大切ですが、しつけなくては、という気持ちから、ついたたいてしまい、その行為に歯止めがきかなくなってしまう場合もあります。子育てのイライラやストレスが、子どもへの愛情を忘れさせ、叱るという行動にすりかわっているのではないのでしょうか。

上手な叱り方のヒントは、「叱られる側」の子どもの立場にもなって考えること。「そう言われたら子どもはどう感じるだろうか」「子どもはどう受けとめるだろうか」、まずここから考えてみましょう。

子どもの心や身体を傷つけるような叱り方は、教育的な効果がないばかりでなく、児童虐待につながる可能性もあります。

子育てについての実感



(注) 小学4年生～中学3年生の子どもを持つ親2,266人を対象に調査
資料：「低年齢少年の価値観等に関する調査の概要」平成12年・総務庁（当時）

「叱られる側」の子ども立場も考えてみる



子どもを虐待から守るために

●子どもを虐待から守るための5ヶ条

- ①「おかしいと」感じたら迷わず連絡（通告）〈通告は義務=権利〉
- ②「しつけのつもり…」は言い訳 〈子どもの立場で判断〉
- ③ ひとりで抱え込まない 〈あなたにできることから即実行〉
- ④ 親の立場より子どもの立場 〈子どもの命が最優先〉
- ⑤ 虐待はあなたの周りでも起こりうる 〈特別なことではない〉

「児童虐待」とは？

- ①身体的虐待（なぐる、けるなどの暴行）
- ②性的虐待（わいせつな行為をしたり、させたりすること）
- ③ネグレクト（子どもの監護を怠ること）
- ④心理的虐待（子どもの心を著しく傷つける言動）

※平成16年の法改正により、次のような行為も児童虐待とされることになりました。

- 保護者以外の同居人による虐待を放置すること（ネグレクト）
- 子どもの前で配偶者等へ暴力をふるうこと（心理的虐待）

児童相談所における虐待相談処理件数

平成2年度と比較して、平成16年度は約30倍に増加

（H2:1,101件→H16:32,979件） ※厚生労働省調べ

「児童虐待」として寄せられる相談件数が年々増えています。もっとも信頼を寄せるべき親からの虐待は、子どもの心に大きな傷を与えます。虐待を受けたと思われる子どもを見つけたときは、すぐに最寄りの福祉事務所や児童相談所等へ連絡（通告）してください。早期発見、早期対応が何よりも大切です。

特別な支援が必要な子どもがいます。



子育てやしつけをしている中で、「ことばのやりとりがうまくいかない」、「いつまでも落ち着きがない」、など、育てにくさを強く感じる場合があります。これらは個人差であることもありますが、LD・ADHD・高機能自閉症等の発達障害がその理由の一つかもしれません。これらは生まれつきのものであり、子育ての仕方による原因があるわけではありません。

発達について心配があったら、一人で悩まず、できるだけ早く地域の「発達や養育相談」の窓口にご相談してみるとよいでしょう。早期からの専門的なアドバイスを受けて、効果的な働きかけをすることによって、その子の困っている状態の改善が期待されます。

(巻末の情報編をごらんください)

発達障害の可能性も考えてみる



発達障害とは

ここでは、「発達障害者支援法」で規定された発達障害の主なものについて解説します。

子どもがどのタイプに分類されるかということも大切ですが、その障害の基本的な特性を踏まえた上で、どのように対応することが有益なのかを知ることはもっと大切です。

1. LD (学習障害 : Learning Disabilities)

LDとは、全般的な知的発達に遅れはないものの、聞く、話す、読む、書く、計算する又は推論する能力のうち、特定のものの習得と使用に著しい困難を示す様々な状態をさすものです。

その原因としては、脳などの中枢神経系に何らかの機能障害があると推定されています。また、視覚障害などの障害や、環境的な要因が直接的な原因となるものではありません。

2. ADHD (注意欠陥多動性障害 : Attention-Deficit /Hyperactivity Disorder)

ADHDとは、年齢あるいは発達に対して不釣り合いな注意力と多動性(衝動性)のどちらか、あるいはその両方を特性とする行動の障害で、社会的な活動や学習に支障をきたすものです。症状は7歳以前に現れ、その状態が継続します。脳などの中枢神経系に何らかの機能不全があると推定されています。

3. 自閉症

3歳位までに現れ、他人との社会的関係の形成の困難さ、言葉の発達の遅れ、興味や関心が狭く特定のものにこだわることを特徴とする行動の障害が自閉症です。この障害も、脳などの中枢神経系に何らかの機能不全があると推定されています。

また、自閉症の中で知的発達の遅れを伴わないものを「高機能自閉症」と言います。

なお、類似する障害である「アスペルガー症候群」も、他人との社会的関係の形成の困難さ、興味や関心が狭く特定のものにこだわることなどの特徴がありますが、知的発達の遅れを伴わず、かつ、言葉の遅れを伴いません。

※自閉症と特徴が重なり合う障害を総称して「広汎性発達障害」や「自閉症スペクトラム」又は「自閉症スペクトル」と呼ぶこともあります。

巻末「情報編」に地域の相談窓口を掲載しています。わかりにくい場合は、市役所などに問い合わせてください。

いちばんの友達はずテレビ、 なんて寂しすぎる。

テレビやテレビゲーム、ビデオにばかりのめり込むと、屋内に閉じこもる、人や自然とふれあう体験が不足する、人間関係をつくる力や他人を思いやる心が育たない、生や死の現実感覚が薄くなる、仮想と現実の区別がつかなくなるなど、子どもの健全な心の成長に影を落としかねません。

友達との遊びや自然体験などの機会を用意し積極的に参加させるとともに、テレビやテレビゲーム、ビデオにばかりのめり込み過ぎないようにルールをつくり、それを守る習慣をつけさせましょう。

例えば、テレビゲームソフトを選ぶ際には、ゲーム内容によって対象年齢を表示するマーク（※）があるので参考にするなどが考えられます。

※対象年齢マーク…CERO（特定非営利活動法人コンピュータエンターテインメントレーティング機構）が行っている家庭用ゲームソフトの年齢別レーティング（格付け）により対象年齢を各テレビゲームソフトに表示しています。各ゲーム内容に過激な暴力表現・性描写、反社会的な内容がどの程度含まれているかなどについて審査し、対象年齢を決定しています。



□CERO「各ゲームのレーティング状況や制度の詳細について」
…<http://www.cero.gr.jp/rating.html>

テレビやテレビゲームに浸らせない



ほんわか
本和加家の場合 ③



3. しつけ

