



Q 中学2年の長男が当たり構わず八つ当たりすると、親も感情的に叱ってしまいます。どう接したらいいですか。

A 親もかつて通った道です。深刻にならないよう大らかに構えて、夫婦でよく連携すればいいでしょう。

子供と適切な距離を

中学生は、心身ともに急激な成長期にあり、男性として女性としての自分を受け入れることが課題になります。ホルモンのバランスが崩れて不安定になり、制御不可能になりやすいのです。子供も自分が無理を言っているとか、家族に当たっているとか、わかっています。

脱いだ服を散らかしていても、洗濯かごに入れれば済みます。子供が自分の落ち度でうまくいかないことがあっても、親がやきもきして注意したりする必要はありません。子供と適切な距

離をとり、自分の行動に責任をとるようにさせましょう。

親の「不要な」一言が、親子関係を複雑にし、反抗期を長引かせることがあります。大人の余裕で聞き流しましょう。どうしても言わなくてはいけないときは、手短かに話すことです。

背後の気持ちに気づいて

子供の行動に目を向けるより、「関係性」を作ることが大切です。たとえば、しつければ気を配ると、幼児は親の愛情を感じられなくなり、親子関係が難しくなりますね。同じように、思春期も親からの自立を模索する

第2の誕生の時期で、子供の行動だけを見て判断するのではなく、背後にある気持ちに気づいてあげたいものです。

息子が荒れると、母親だけではうろたえてしまいます。こんなときは夫婦の連携が大切です。男同士で向き合うのは難しくても、肩を並べて山歩きや作業などを一緒にすると、気持ちに通じやすくなります。父親の支えがあれば、母親も子供をやさしく包んであげやすくなります。親もかつては体験してきたことなので、あまり深刻になり過ぎずに、大らかに構えるのがいいでしょう。