

無理・理屈 わがままだって 通過点

あきた小児科クリニック 秋田 裕司

2、3歳になった子どもが、何でも「いや」と言ったり「じぶんで！」と言い出して聞かなかつたり…いわゆる第一次反抗期と呼ばれるものですが、今がその時期という方も多いと思います。この頃の子どもは頭ごなしに言われたり、大人にしてもらったりすることを嫌がり、“じぶんで”何かしようとします。しかし、子どもが思っているほど能力的にはまだ成長していないため、自分のやりたいことが思うようにできないという時期でもあります。

また、小学校高学年から中学生の頃には第二次反抗期があります。大人からの価値観の押し付けや一方的な意見や忠告などには第一次反抗期以上にかたくなに抵抗してきます。何にでも口答えをする、あるいはあまり口をきかない、なるべく自分一人になりたがる…といったことも目立ってきます。

しかし、第一次反抗期も第二次反抗期も、いずれも子どもが成長して大人になっていくためには必要な時期でもあります。僕たち大人が自分自身のことを振り返ってみるとわかりやすいかもしれません。自分はそんなことがなかったという人もいますが、多かれ少なかれ経験してきているはずなのです。反抗期の『無理・理屈 わがままだって 通過点』なのです。

でも、言うことを聞かそうとして更に強く出る、反対にお菓子やおもちゃでご機嫌を取る、〇〇〇できたら～してあげると言う…こうした対応は避けるべきです。また、自立心を軽んじて手を出そうとするのも禁物です。絶対に子どもに任せられないことを除き、ある程度自分の力でやらせることが大切です。そして、「どうしたいのか」「何がしたかったのか」「どうありたいのか」といったことを聞いてあげる、話し合ってみるといったことが重要です。子どもは日々成長していくので、昨日できなかったことが明日できるようになるかも知れません。“反抗”に対してより一層対抗するのではなく、“対話を試みること”や“理解する努力”を続けながら、じっくり付き合っていて欲しいと思います。そうするうちに、何にでも反抗するということが減ってくるものです。反抗は単に悪いことでもやっかいな時期でもありません。『無理・理屈 わがままだって 通過点』、子どもが少しずつ大人に近づいていくための大切な通過点です。



弱音とか 不安を出せる 子の強さ

小児科外来に来られるお子さんは一般的な感染症やアレルギー疾患ではありません。からだがだるい、ときどき頭が痛くなる、少しお腹が痛い、疲れやすいなど、一見は身体的な病気のように思えても、精神的な面が大きく影響しているような場合もあります。いわゆる不定愁訴といわれる症状を訴えやすい子どもたちの中には、真面目な頑張り屋さん、しっかりしたよい子、あまり不平や不満を言わないようなタイプも含まれています。

自己啓発的な一般書籍のコーナーにも“打たれ強い人”“逆境に強い人・弱い人”といったようなフレーズがタイトルに入っているものがあります。最近感じるのですが、小児科で診察している立場から考えると、弱音やつらさを表出しやすい、訴えやすい子どもが精神的に弱い、くじけやすいと単純に決めつけることはできないということです。不安や弱音、つらさなどを出さないで頑張り続けられるのも強い子どもと思いますが、そうしたものを出せる、周囲に訴えられるということは、別の意味で“逆境やピンチを乗り越えるきっかけや手段を持っている子ども”と言えるのではないかと感じています。

台風で暴風雨が来た時などに多くの木々が倒れているような場合でも、不思議と倒れないうで残っている木があったりします。『柳に雪折れなし』ということわざがありますが、柔らかくしなやかなものは、堅いものよりもよく耐えたり丈夫であったりします。しなやかな柳の枝は、雪が降ってもその重みに耐えて折れることがあまりないものですが、反対に堅い木の方が雪の重みで枝が折れてしまうこともあります。

『柳に雪折れなし』のことわざではありませんが、頑張り過ぎて不安や不満を溜め込んでしまい、望ましくない状況に陥っている子どもたちを診ることがよくあります。その意味でも、不安や弱音を出せる人がいる、訴えを聞いてくれる人がいる、打ち明けてもいいと思える人がいるということは、むしろ逆境に強いとっていいのではないかと思うのです。誰かに訴えることで落ち着いたり、安心できたりする場合もあります。なので、子どもが不安や弱音、つらさなど口にしたら、やたらと心配したり、いきなり頭ごなしに意見を言ったりせずに、まずはゆっくり話を聞いてあげて欲しいと思います。ご両親、おじいちゃんやおばあちゃん、園や学校の先生…そんな誰かに弱音とか本音を出せるような環境の中で育って行って欲しいと願っています。



理想とか マニュアル通りに 行かぬもの

子どもたちが幼かった頃、仕事帰りにハンドルを握りながら「最近いろいろ頑張っているみたいだから、帰ったらちょっと褒めてやろうかな？」そう思いつつ帰って来た時、なぜか悪さをしていたり、できていない所ばかりが目についたりして、結局は小言や不満で終わってしまったものでした。「お父さん、あのね」とか「ねえ、見て見て！」と言ってきた時などにも、忙しさや面倒くささなどにかまけて適当に返事をしたり、「また今度」とかでやり過ごしたりもしました。自分の子育て時代を振り返ってみればこんなシーンが繰り返されていたように思います。自分の思いや理想とは違う現実がそこにはありました。

診察している際にも次のような話をよく耳にします。弟や妹ができてお兄ちゃんやお姉ちゃんが寂しがっているのはわかっているけれど、なかなかみんな平等にはできない…。褒めて育てるとよく言われるけれど、毎日怒りたいことばかりでいつどこを褒めればいいのか…。仕事と子育ての両立が難しいが、みんなどうしているのか…。テレビやビデオ、スマホ視聴なども長すぎるとよくないのは知っているけれど、ついついだらだらと見せてしまう…。毎日が大変でイライラして、つい子どもに当たってしまう…。

書店に並んでいる本やインターネットとのサイトには、子育てマニュアル的なものやハウツー物が溢れています。それらを参考に子育てを進めようとしても、なかなかマニュアル通りには行かないものです。『育児はこうしないといけない』『親はこうあるべきだ』『子どもはこうじゃないといけない』とがんじがらめになっている印象もあります。たとえば『生後何か月ぐらいになったらお座りする、ハイハイする、独り立ちをする、片言を話す』といったような情報とちょっと異なると、とても不安になったりもします。マニュアル通りの子育てをきちんとやろうとしているうちに、子育てがおもしろくなくなったり負担に感じたりするものです。しかし、子育てほど、理想通りでなかったりマニュアル通りに行かなかったりするものはないのではないのでしょうか。

僕たちはどうも物事を○か×か、正しいか正しくないかで考えがちです。子育てにおいても同様です。しかし、実際にはそんな杓子定規に判断できるものではありません。「絶対に」とか「～すべき」「～せねば」というものでもありません。育児本やマニュアルなどはあくまでも参考として、こんな見方もある、こういう考え方もあるという風に捉える方がいいように思います。子どもを一面的にみる、ひとつの立場や視点からだけ考えるというのはよくありませんが、子育ても同様だと思います。理想とかマニュアル通りにはいかないものと考えて、楽しみ探し、よいこと探しをしていただければと思います。

著書：育児の悩みが軽くなるヒント集 「子育てかるた」より