



子育てと“揺れるころ”



こどものこころの相談室がじゅまる 臨床心理士 寺崎 真一郎

コロナ渦の中での子育ては本当に大変だと思います。

そういう困難な状況の中で子育てに奮闘しているお父さんやお母さんには頭が下がる思いです。今回はそういったお父さんやお母さんたちから子育ての中で聞かれることについて取り上げてみたいと思います。

親御さんとお話をする中で、「落ち着きがなくて困ってしまう」とか「うちの子は発達障害ではないかしら」とか、親御さんが様々な不安を抱えているように感じることがあります。

これは、「こんな不安を抱えていてはダメだ!」と自分の不安に無理に蓋をしようしたり、誰かを非難することで、不安な気持ちを吐き出してスッキリしようとしているからなのかもしれません。

ひとつ、事例をご紹介します。

※事例については、ご本人の許可をいただき、プライバシー保護のため変更しておりますこと、どうかご容赦ください。

私の相談室にある若いお母さんがやってきたことがあります。

そのお母さんはひどく疲れた顔をされていました。詳しくお話を聞くと、3歳の息子さんが1人いて、毎日毎日怒鳴っていると話してくれました。

お母さんはすごく綺麗好きなのですが、お母さんが片付けているはしから、息子さんが散らかしていくので、毎日怒鳴ってばかりいるということでした。お母さんが相談したかったのは、お子さんが障害ではないかというものでした。

お母さんのお話を聞いていくと、お母さん自身はこれまで、大体のことは何でも自分の思い通りになってきたと話していました。そして「温かくて優しい、掃除も完璧、仕事も完璧なお母さん」を理想にしているようでした。

その理想を息子さんが壊してしまう、そういうお悩みに聴こえました。



日本に心理臨床の基礎を作った河合隼雄氏は、「科学が発達し、近代社会になって、いろんなことがボタンひとつで、自分の思い通りに動かせるようになったけれど、育児はそうはいかんです」ということを以前、言っておられました。

私たちはどこかで、子どもをコントロールしてしまっている、いや、子どもを自分の思うようにコントロールできるのではないかと思いつているのではないかと、河合氏もお話をされていましたが、私たちもふと、そのように感じる時があります。

ある時、その若いお母さんは面談の中でクスクスと笑い始めました。

私がポカンとしていると、お母さんは私にこう言いました。

「先生、寝癖がすごいですね」と。

続けて「私は自分も含めて、いろんなことに理想を持ちすぎたのかもしれない。先生も最初は完璧な人に見えていました。でも、先生も失敗をするし、寝癖はすごし、こんな風に言っは失礼かもしれませんが、ああ私もそれでいいのかもしれない」とおっしゃいました。

それからしばらくして、お母さんは片付けの場面のことを話してくれました。

これまでお母さんが「片付けて!」と怒鳴っても全くやろうとしない息子さんがいたと。でも、ある時に「これ、どこに片付けるのか教えて」とお母さんは、息子さんに言ったそうです。

これまで息子を思い通りにしようとし過ぎていたとは思っていたけれど、どうしていいのか、どう関わっていいのかわからなかったとお母さんは思っていたそうです。

「教えて欲しい」というのは、お母さんなりの息子さんへの関わりの工夫だったと教えてくれました。



最後にお母さんがお話をしてくださったのを、今でも覚えています。

「私は一貫した考えを持たないといけない、私が不安に思うからだめなんだ、不安を絶対に見せてはいけないと思っていました。でも子育てって、そんなに綺麗にうまくいかない、悩んでばかりで、すぐに答えが出るものでもないし。悩んでいいんだって、不安に思ってもいいんだって思えたことがよかった」と言って帰られました。

お母さんは時々、息子さんが急に走り出してしまわないように、リードをつけておられました。でも、この日はリードは持ってきていないようで、お母さんと息子さんと二人で手を繋いで帰られました。

二人が歩く先に旦那さんが迎えに来た姿にもホッとした瞬間でした。

子育ての中でうまくいかないことがあったり、不安に襲われると、私たちの心は揺れ動きます。

その揺れをおさめようとすればするほど、「揺れてはだめだ」と思えば思うほど、うまくいかない理由や原因を自分以外に求め過ぎてしまうこともあるのかもしれませんが。

揺れてもいい、悩んでもいいんだと思えることは、もしかしたら子育てには、とても大切なのかもしれませんね。

スクールカウンセラー事業として、毎月1回、滝上町内のこども園、小中学校を訪問し、お子さん・親御さんとお話する時間を設けています。

ご相談を希望される方は、お子さんの通うこども園、滝上町内の小中学校または滝上町教育委員会へお問い合わせください。

