



## 幸せ気分でするしつけ <その6>

~子どもをよりよい方へ動かす魔法のメッセージ~

最後のエピソードを紹介します。

### 《意地悪なお兄ちゃんの変身》

そのお母さんは、意地悪な長男に悩んでいました。4歳の長男は、妹が生まれ、お母さんが妹の世話に忙しくしているのが気に入りません。

最近お母さんは、彼がもうすぐ1歳になる妹をつついたり、引っ張ったりと、ちょっとした暴力をふるうのが気になっていました。「やめなさい」ときつく言っても、やさしく「やめてね」と言っても聞きません。頭にきて、一度きつく叱ってしまったと言います。

いつもお風呂は3人で入るそうです。先にお兄ちゃんが上がってパジャマを着ます。次にお母さんが妹を出します。それからお母さんが上がるまでの1~2分がお兄ちゃんの活躍の場。妹の体を拭くのがお兄ちゃんの仕事です。

その日、お兄ちゃんがお風呂から上がる時、お母さんは言いました。「つかまり立ちが始まったから危ないけど、あなたが見ていてくれるから、お母さん助かるわ」

そして、妹を上げ、ちょっとあとにお母さんが上がりました。お兄ちゃんは妹の体を拭きながら、つかまり立ちしている妹を支えています。お母さんは、身支度を整えるとすぐにお兄ちゃんを膝に抱き、目を見て、

「いつも妹の面倒を見てくれてありがとうね。お母さんはあなたにとっても助けられているの。うれしいわ」と伝えました。

長男はとても心が安定して、妹にも親切にしているそうです。



さて、これまでのエピソードの中で、何が起こったかお分かりになりましたか？

親は何をしたのか。それは、**親が望む状況をはっきりと決めて、その状況が起こった時に、プラスのメッセージで子どもの言動を認め、強化したのです。**この方法だと、

それほど労力がいらぬ

結果が出やすい

うまくいなくても嫌悪感がまったく残らない

つまり、親も子も互いに“幸せ気分”でしつけができるというわけです。

#### ① 親が望む子どもの具体的な言動がどれかを特定する。

ただし、その言動は子どもを幸せに導いてくれるものでなくてはなりません。親にとって便利であるとか、親の思い通りに子どもを動かすための強化はうまくいきません。それは、ほめて子どもを支配する行為です。ここでやりたいのは、子どもにとってよい言動を具体的に子どもに教えることです。

#### ② 子どもがその言動をするのをひたすら待つ。

観察しながら待っていると、その瞬間はやってきます。その瞬間を見逃さないために、①の特定を確実にしましょう。

#### ③ その場面でプラスのメッセージを視線を合わせて伝える。

子どもの言動の何がうれしいのかを具体的に伝えます。親が心からそう思っていると伝えることが大切です。

このとき照れが邪魔して、うまく伝えられないと思うかもしれませんが、子どもが大きくなるもっと難しくなります。照れずに思った通りの喜びや感謝を「私メッセージ」で伝えます。「ありがとう。うれしいよ」と、私がどう感じているかを伝えるのが「私メッセージ」です！子どもの心に喜びの種をまくつもりで、やさしく伝えましょう。