

こそだて通信

2013年6月号

==ストップ・「なにやってるの！」==

我が家では最近、よく動くようになった妹のお世話をお姉ちゃんが張り切ってしてくれるようになりました。ほほえましい光景ではありますが、危なっかしい関わり方にヒヤヒヤさせられることもしばしば。

先日も妹の体を毛布で覆い隠そうとしたり、妹をうつぶせにして背中に座布団を三枚乗せようとしたりということがありました。つい「なにやってるの！」と怒ってしまった私ですが、そんな毎日の中で『なにやってるの』を言わないようにすることが最近の私の目標です。というのも、毛布で体を覆ったのは二人でかくれんぼをしようと思ったから、座布団を乗せたのは亀になったら喜ぶと思ったから、というお姉ちゃんの思いを聞いたからです。

大きくなったのだから、していいかどうか自分で考えて分かってほしいという思いもありますが、危ないかどうか考えずただ一緒に遊びたいのが今のお姉ちゃん。姉妹でこれからも仲良くやってほしいと思うので、「なにやってるの！」の言葉をぐっと飲み込んで「何がしたかったの？」「何するつもりだったの？」と気持ちを聞くようにしています。その後であぶない理由を伝え、どうしたらいいかを教えた方が素直に聞いてくれるようです。

また、急いでいるのに子どもがダラダラと用意をしている時や、不注意でコップを倒したりした時にも「なにやってるの」と言いがちです。何かを伝えているようでいて何も伝えていないのがこの言葉。これは親の気持ちを言葉にしただけであって、逆に子どもに要らぬ否定感を与えるだけです。

あなたなら、代わりにどんな言葉をかけますか？

(臨床心理士 藤井あづさ)