

case
ケース3

親子げんか

思春期は、「何でもしてあげた子育て」から卒業の時期と考えましょう。親は「宿題をチェックする」「部屋を勝手にかたづけする」など頼まれていないことをするのは、やめてみましょう。最初は忘れ物をするなど失敗するかもしれませんが、子どもは失敗から自分の行動は自分に責任があることに気づいていきます。いつまでも転ばないように杖を差し出している、杖を使う力も芽生えさせたい。

子どもに頼まれたことにだけ手を貸しましょう

処方箋



よかれと思ってアドバイスしているのに「ほっといて!」と怒る娘。そのくせに、失敗すると親や周りのせいに。毎日ケンカばかり...

思春期の乗りきり方

~コーチングからのヒント~



「コーチング」とは、相手が目標に到達できるよう、対話でサポートすることです。コーチングには、子育ての悩みを解決するヒントがたくさんあります。今回は、思春期の子をもつ方へ。3つのケースを例にして、子どもも親も悩む難しい時期、思春期の子どもとの向き合い方を一緒に考えましょう。



case
ケース1

無気力な息子

思春期は、子どもが「自分を見つけられずに悩む時期。子どもをよく観察して、よいヒントがあげられるといいですね。ゲームが好きなら、ゲームの何が好きなのか? キャラクター集め? ミッションをクリアして次へ進むこと? 映像や音楽? またはママだから? どんなことにも理由があるもの。わずかな気づきから、将来の夢へとつながったりするものです。あとは、子どもの力を信じて待ちましょう。また、子どもは自分から本心を言わないことも。やる気のなさには、いじめや疾患などの想定外の原因もあります。学校での様子も観察したり、場合によっては専門家に相談してみてください。

よく観察をして子どもを知らしましょう

処方箋



将来の夢もなく、何に対してもやる気がない息子。宿題もかたづけも言わないとやりません。一生懸命なのはゲームだけ。この先が心配...

思春期はこわくない!

アドバイザー
藤田さん
から

思春期は、心も身体も急激に変わる、子どもが一番苦しい時期。しかし、子どもから大人に成長するため、どうしても避けて通れない時期でもあります。家で暴れ放題な子ども、誰からもほめられる手のかからない子ども、外でがんばっていることに違いはありませんが、わが家だけは「安心ステーション」でいてあげてください。だからといって、いつも笑顔で話を聞いてあげる完璧な親でいる必要も

ありません。近くで見ているだけでいいのです。「わが子に幸せになってほしい」と思う時点で満点の親です。自信をもってください!

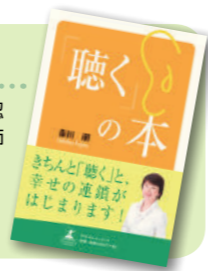
思春期はこわいことではありません。気楽に構え、「キタキタ、ふーん、この子の思春期はこう出たのね」と一歩引いてみましょう。親から離れる大切な時期、ちょっとさみしいですが、笑顔で送り出してあげたいですね。

監修: 藤田潮

and Cs(アンドシーズ)代表。(財)生涯学習開発財団認定マスター・コーチ。パルシステム東京人材バンク講師登録。1女2男の母。

● ホームページ

<http://www.and-coaching.com>



case
ケース2

いじっぱり娘



子どもは親の持ち物ではありません。反抗的に見える主張は、自我が芽生えている証拠。「あなたはそう思うのね」「私はこう思うわ」と、ひとり人間として、違う価値観を尊重しましょう。とはいえ、子どもは子ども。まだ狭い世界にいて見えていない部分も多いもの。美容師なら、専門的な技術以外にも、敬語を使った会話力、ときには外国語、のちに独立するなら経営的な素養が必要になることも。世の中にはたくさん道のりや考え方があり、知らず知らず大人でありたいですね。

説教スタイルではなく、いじっぱり娘にテレビでも見ながらの雑談スタイルがおすすすめ。子どもは聞いていないように見えても、心に残っていて、考えるヒントになっているのです。

処方箋

「説得」ではなく、「説明」しましょう

「美容師になる! 勉強は必要ない、勉強関係ない!」の一点張りの娘。私とは価値観が違うみたい...

爆発しそうになったら
みんなどうしてる?

まずは
深呼吸~

