

2006年10月

子供のサインを見逃さない

今の義孝（文教大学人間科学部臨床心理学科教授）

いじめや不登校の問題が起きた時、親はどのように対応したらよいだろうか。

まず、サインを見逃さないことだ。表情が暗い、口数が減った、といった変化があれば注意したい。

不眠や食欲不振のほか、頭痛、肩こりなど体調の変化も要注意だ。

「学校に行きたくない」と言い出した場合、安易に「頑張れ」などと言ってはいけない。子供は拒絶されたと感じるだろう。まずは子供の話にじっくり耳を傾けることだ。その上で「辛かったんだね」と気持ちを受け止めるようにしたい。

いじめに遭っているなと感じても、「いじめられているのか」とストレートに聞いてはいけない。「情けないやつ」と親に思われたくない考える子供が多いからだ。

三日休んでも学校に行きたがらないようなら、担任に相談を。いじめられているなら事実を冷静に説明する。怪我をしたなどのエピソードを記録しておくに役立つ。

不登校が長期化した場合も、非難したり嘆いたりするのは禁物。学校に行かなくても君はかけがえのない子だよというメッセージを送り続けて欲しい。

週間ダイヤモンドより一部抜粋