

CASE 16



公共の場で騒いだり、グズったりしたとき



電車やバスなどの公共機関、さまざまな施設やレストラン、スーパー。静かにしてほしい場所でも、騒いだり、グズったりするわが子。そのたびに叱ったり、なだめたり、あやしたり。外出中は、わが子の顔色を常にうかがい、機嫌をとることになるので、疲れ果ててしまう。「いっそのこと、ずっと自宅で過ごしたほうが、ラク」と思ってしまうことも。なぜ、すんなりと言うことを聞いてくれないの？

NG

静かにしなさい!

低年齢の子どもほど、自分の感情をコントロールできません。そのため、いったん外出してうれしさや喜びで興奮すると、お母さんのどんな声も届きにくくなります。その結果、走り回ったり、大きな声を出したり、興奮しすぎてグズってしまうというわけです。そんな状態で「静かにする」のは至難のワザです。

OK

(小さなヒソヒソ声で) ママの声の大きさ、まねしてみて

子どもが騒いだり、グズったり、興奮しているとき、何かを伝えようと思ったら「ハッ」とさせて「面白そう!」と思わせるのがいちばん。いつもとは違う「ヒソヒソ声」で、お子さんにやさしく話しかけてみてください。大声を出していても、泣きべそをかいていても「えっ、なにに?」と身を乗り出して耳を傾けてくれるはずです。脳は「新規性(いつもと違うこと)」を好みます。子どもはその傾向が強いので、特にこの方法は有効です。いわば脳の「リセット」です。