

# なぜ子どもに怒ってしまふの？

子どもに怒ってしまう理由について、くわしく考えてみましょう。

(1) 親の期待値が高いから

「これくらいはできてほしい」「片付けくらい自分でやってほしい」「朝は一人で起きてほしい」「成績はこれくらい取ってほしい」という親の期待に対して、子どもの現状が追いついていない場合に、「何でこんなこともできないの！」と怒りの感情が出てくると思います。

「あの子はもう〇級なんだって」「あんなに難しいドリルをやっているんだって」と周りのお友だちの情報が入ってくると、「それに比べてうちの子は……」と焦ったり不安になったりして、ますます怒りの感情は大きくなります。

子どもはその子自身のペースで必ず成長していきます。今、周りのお友だちと比べて遅れているように見えても、後で追いついたり、追い越したりすることは十分あり得るのです。

しかし、親の期待値が最初から高すぎると、子どもは戸惑ってしまいます。

「お片付けのやり方がわからないよ」「まだ一人で起きられないよ」「そんな成績取れないよ」と後ろ向きになってしまいます。そこに、お母さんやお父さんから「何で自分でできないの!」「またこんな成績を取って!」と怒られると、「どうせダメなんだ!」とやる気を失ってしまうでしょう。

子どもは一步一步成長していくので、期待値をいったん下げることが大切です。目標を手の届く範囲に設定し、クリアできたら、子どもをほめましょう。

お片付けを例に考えてみます。まずは床の上に物が落ちていなければ目標クリアとします。二週間ほど子ども自身で続けることができれば、次はおもちゃを箱の中にしまうことを目標にします。それも続けることができれば、次はおもちゃを分類して収納することを目標にします。

このように、最初は子どもががんばればできる範囲に目標を設定し、少しずつ引き上げていきましょう。「この目標ならできそう」「これさえやればOKなんだね!」と子どもに「できそう!」と感じてもらうことが大切です。目標が達成できたら、「よくがんばったね! 今日目標クリアだね!」「前よりお片付けが自