

【高校生】 自立に向かう道の途中、承認の仕方にも工夫が必要 ～負のスパイラルから抜け出すために～

自立するとは、親離れをしていくこと。ですから、高校生ともなると、子供のことで親の知らないことはたくさん出てきます。とは言え、幼さは中学生と比べ目立たなくなっていますがまだまだ承認欲求は強く、特に思うようにいかずつまづいたときや、指導者・仲間からの承認が得られなくなったとき、親に頼ってくるのは必然です。

例えば、めでたく進学校に入学できたのに、周囲には自分より成績の良い子がたくさんいて、ちょっと気後れしていたら成績がドンドン下がってしまったという話は珍しくありません。遅れを取り戻そうと思っても力が湧かない。ちょっと学校を休んでしまうと、どんな顔をして登校すればよいか分からない。どんどん学校から遠のいてしまい、誰にも相談できず、引きこもってしまうケースがあります。

本人が私たちのところに相談に来られるようになると、「こんなはずじゃなかった」と言います。学校を休み始めた時は引きこもりになろうなどとは考えておらず、自分でもわけが解らず説明できるわけ也没有せん。親は、説明ができず、何も言わない子供に「こんなことしていたら、大学受験できないでしょ！」などと言ってしまふ。そうして、毎日のように追い詰めることが習慣化してしまい、引きこもりは長期化します。

子供の心の中では「こんな情けない自分に腹を立てる」と同時に、「こんな自分に育てた親が悪い」という被害的な考えも出てくるので、子供を追い詰めるような親の対応によって、子供自身を傷つけたり、親への暴力へと進むことがあります。

こうなると、親は怖くなって子供を刺激してはいけないと思ひ込み、放置状態となります。放置されるので、心細い本人はすねる。すねた姿に親は腹を立てて、再度、叱責してしまいます。本人自身が情けないと感じてすねてしまう心情が親にうまく伝わらず、親は「何をやってもうまくいかない。あんな子、産まなければよかった」と、疲れ果ててしまいます。本人は自分の情けなさが伝わらず、家庭内でも孤独な存在となり、自暴自棄になっていきます。

こんなふうに家庭内で負のスパイラルが生まれていきます。負のスパイラルはグルグルと周り続け、やがてそこから抜け出すことが困難になってしまいます。

こんな苦しい状況の中で、例えば、「あなたは何とかしようと思っているんだよね」という、親の精いっぱい言葉がけは、「結果が出せずにいる情けなさ、死んでしまいたいという気持ち、それでも何とかしたいとは思っている」本人の「辛い」心情に寄り添うこととなり、本人は親に承認してもらえた思えて、少しずつですが力が湧いてきます。

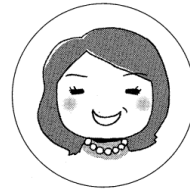
本人を立ち直らせようとするならば、「辛い」気持ちを否定してプラス思考に変えるのではなく、「辛い」マイナスの感情を一緒に分かち合う、寄り添うことが大切で、その気持からの言葉かけや接し方が子供の変化をもたらします。

負のスパイラルから抜け出すには、無理やりプラス思考にするのではなく、マイナスな感情を承認しながら負のスパイラルを脱出するというやり方が本人を立ち直らせるのです。

「ニート・ひきこもりの子をもつ親の会『結』」
(運営: 認定特定非営利活動法人育て上げネット)

若者の「働く」と「働き続ける」を実現するために、若年無業者就労基礎訓練プログラム「ジョブトレ」など、多方面からの支援を行っている「認定特定非営利活動法人育て上げネット」の活動の一つで、親をサポートするための会。1 か月ごとの定期相談やすぐを実施できる「接し方・伝え方」ワークショップ、親同士の気軽な茶話会などを提供している。

※執筆者の肩書等は、令和 2 年(2020 年)3 月現在のものです。



壺田さん



森さん