



**中尾の  
家族心理学  
(14)**

**モラハラ (モラルハラスメント)  
しがみついて離れない子  
中尾英司 (家族相談士・シニア産業カウンセラー)**



保育園や幼稚園など、家から出すまでが一苦勞。時には泣いてしがみつくと…最近学校に行きたがらず、自分にくっついて離れようとしれない…。このようなときに、母親が考えること。

「幼稚園で嫌なことがあったのかしら」

「学校でいじめにでも遭ったのかしら」

そして、「こっちだって朝忙しいのに！」と思いつつ、なだめ、すかし、励まし、ついには怒ってたたき出す。その後、「なぜこんなに引っ込み思案で弱いんだろう」と頭を抱えたりする。

ついでに、訳のわかっていない夫が口を出す。

「もっと厳しくしろ。甘やかすからそうなるんだ」

そこに心の声。<ああ～、愚痴った私が馬鹿だった。この人は寝に帰ってくるだけ。心配なんかしない人>こうしてあきらめの夜を迎えては、憂鬱の朝が繰り返される…。

まず、事実を押さえよう。

「家庭のことを顧みない夫と何もかも背負っている妻」

次に、自分の気持ちを把握しよう。

「一人で抱え込んで相談相手もなく一杯一杯」

そして、大原則を思いだそう。

「心のコップ」一杯になったら人の気持ちを受け止めることはできない。

「安全基地」一気持ちを受け止めてくれる自分の居場所

人は気持ちを吐き出して「心のコップ」を空にできる安全基地があるからこそ、身も心も軽くなって何度でも外に飛び出していける。自己修復できる基地があるから傷つくことも平気になるし、人は外で強くなれるのだ。

その安全基地の本体は母親。つまり、母親が子どもの気持ちを受け止めていけば、子どもは毎朝元気に飛び出していく。

しかし、母親の「心のコップ」が一杯なら、子どもの気持ちを受け止められない。子どもは自分の気持ちを受け止めてもらえない苦しみと共に母親が一杯であることがわかる。つまり、母親の苦しみを同時に感じているといつてよい。すると、もはや自分の人生どころではない。何しろ、自分が復活できる安全基地そのものに不安があるのだから。外に行っている場合ではない。その間に何かあったらどうしよう…不安が募る。

そう。子どもをしがみつかせている不安の原因は「外」にあるのではない。「内」にあるのだ。母親は、子供に対して「困った」と思っているが、子供は、母親に対して「不安だ」と思っている。母親は、子供のために学校に行かせようとするが、子供は、母親のためにしがみついて支えようとする。真実は？「子は親の鏡」一子供に映し出されている。

処方箋はシンプル。母親の「心のコップ」が空になればいい。つまりは、夫に気持ちを聴いてもらうこと。男は「時間の構造化」をしたがるから、時間と空間を区切って腹を決めさせ、その間役割を果たしたら「聴いてくれてありがとう」と感謝する一そうする事によって、聴くようにし向けていける。たとえば、ファミレスで毎週土曜日に2時間、アドバイス一切なしでただ話を聴いてもらう。もちろん目を見てね。夫が聴く耳を持っていたとわかるだけでも、妻はとても安心する。こうして母親が落ち着いてくれば、子供はもう見守っている必要はなくなって、自分の世界へ集中することができるようになる。気づいたときには、毎朝元気に出て行く子供になっているだろう。つまり…「しがみついて離れない子」は、片時も離れず母親を見守り支えようとしているのです。まるで、父親の代わりに、ね。

- 子供の代弁。(子供→母親):「もっとお父さんに話を聴いてもらってよ。お母さんが一人で抱え込んでしまって心配だから、学校に行きたいのにいけないじゃない」
- 父親口調で子供が言ったとしたら(〃):「もっと家庭のことに目を向けさせる。甘やかすから会社にばかり引きこもっているんだ。こっちは子供なのに親の心配をしなけりゃいけないじゃないか」

(中尾英司)

<著者紹介>

中尾英司 (家族相談士・シニア産業カウンセラー)

■メール: [sodan@jiritusien.com](mailto:sodan@jiritusien.com)

■サイト: 「中尾相談室」、「組織改革ご支援.COM」。

■ブログ: 「あなたの子どもを加害者にしないために」

※本稿は中尾先生のブログでも公開されています。「あなたの子どもを加害者にしないために」(Google+入り)でご訪問ください。(パビリオン編集部)

**Colorful !!**

**カラーページ増量中 !!**



**「もっとカラフル宣言」パビリオン**

**New Email !!** 1699 Wall St. Suite210, IL 60056  
Tel: (847)-640-9676  
Email: [info@pavilion-america.com](mailto:info@pavilion-america.com)

Pavilion Graphics Inc.

Web2.0時代の学びコミュニティ ネット講座で自分磨き！  
**KNOWLEDGE SERVE** eラーニング講座のナレッジサーブ

**子育て心理学** <講師：中尾英司>

<http://www.knowledge.ne.jp/>

- 講座名: 「夫と学ぶ子育ての心理学(Basic)」
- 標準受講期間: 3ヶ月(受講可能期間: 2ヶ月)
- 受講料: 1500円/講座(第1章が無料でお試し受講可)

<講師よりコメント>: 子どもを育てられない親が増えています。子どものままの親が増えています。昨今の家族の事件の多発は、水面下では家族が相当おかしくなっていることを示しています。人を育てるとはどうか、親の役割は何か、最も大切な家族機能とは何か、「基本」をしっかりと知ってください。それは、自分自身の育て直しにつながります。本講座で学ぶ内に、「システムズアプローチ」と「交流分析」の理論と考え方がしっかりと身につくでしょう。それを武器に、どうぞ世間の常識に立ち向かってください。時としてあなたの周りの常識の方がおかしいこともあるのです。自分を支え、守る考え方を身につけましょう。明るい家庭を築き、自分を解き放ち、子供を自己実現の世界へと送り出しましょう。

