

# 保護者文庫だより 夏号

学習センターでは、子育てに励む保護者の方を支援すべく保護者文庫を設置しております。詳しくは父母の会総会でお渡しした保護者文庫一覧を参考になさってください。

図書はお子さんを通じて貸出しております。保護者文庫にかぎらず学習センターにある図書の貸出も行いますので、是非ご利用ください。新刊書の情報については、毎月お子様に配布しております「学習センターだより」をご覧ください。

## 『母親がしらないとツライ「女の子」の育て方』

江藤 真規 著／秀和システム

私も娘を持つ母親です。日々葛藤しながら生活をしています。娘には毎日のように「部屋を片付けなさい」「勉強しなさい」「お金使いすぎ」「変な恰好はしないで」と小言ばかり。生徒のいい部分がたくさん見つけられるのに、我が子は欠点ばかり見えてしまいます。自分の子は近いだけに客観視できず、また、家族には何を言っても許されるという親子間の甘えがあるからでしょう。このままでは、思春期に入ったと同時にバトルが始まるのは目に見えていると考えていたときに、この本に出会いました。



この本では母娘の関係を理解したうえで、生活ルールや「叱り方」「ほめ方」、言葉のかけ方など、各テーマに沿って学ぶことが出来ます。

子どもが思春期に入ったときは母親も30代後半から40代になっており、プレ更年期に入ってきていて体調不良や気分の浮き沈みもあり辛いとき。同時に娘も生理が始まり、体の変化についていけず、娘もまた体調不良やイライラが続きます。互いに体調がままならない時に衝突してしまうのはごく自然なことです。そんなときはお互い正直に体調が悪いことを伝え、相手を気遣うことが出来ます。更にボディタッチやハグをしてあげると効果的だそうです。

また、子どもとの関係に疲れた時はママ友に愚痴を言うのもストレス発散になるので大いにママ友と話してください。私自身も、愚痴を聞いてもらい、更にアドバイスされたことにより、気持ちが落ち着いたのと同時に考えが整理され、良い形で子どもに接することが出来た経験があります。

この本の中で一番衝撃的だったのは、いじめの加害者になった経験を中学3年間のうち6割の生徒が経験しているという事実。子どもは「あの子をいじめた」などとは告白してきません。普段の言動で何か変化があった場合は、話しやすい環境を作ったうえで、子どもの本心に問いかけて下さい。子ども自身が「してはいけないこと」「相手は辛い思いをしている」と気づかなければ、同じことを繰り返すでしょう。

この他にもお小遣いのあげ方、スマホの使い方、勉強に取り組む際の声のかけ方、性教育について、犯罪に巻き込まれないためになど、実際に2人の娘を育てた著者が様々なアドバイスをしてくれます。女の子に限らず、男の子にも役に立つ情報がたくさんあります。このアドバイスを全てこなすということは無理かもしれません。著者もたくさん出版されている育児書の中で自分に合う部分だけを実践してくださいと言っています。できそうなところを実行に移すだけでも、親子関係は随分と良くなっていくと思います。私も大変勉強になった本です。皆さんもぜひ参考になさってみてはいかがでしょうか。(文責・相原)