



がんばれ

子育て日記

泣き虫

「うちの子は“泣き虫”なので、それが原因で“いじめ”につながらないか心配…」と悩んでいるお父さん・お母さんはいませんか？ もちろん、すぐに泣いてしまうお子さんを心配してしまうのは、親としては当然のことですよね。



しかし、お子さんがまだ“小学校低学年以下”であれば、あまり親が過敏にならなくてもよいのではないのでしょうか。もし、中学生とか、もっと大きくなって泣き虫が変わらないようであれば問題だとは思いますが…。



実は、「泣く」という行為は自分の感情を素直に出せている状態なので、いちがいに悪いとは言えません。むしろ、感情を押し殺して内にためてしまう方が、精神衛生上よくありませんから、お子さんは泣くことによって“心の整理”をしていると言えるでしょう。

いわば、「自分で自分を治療している」と捉えることができるのです。無理に「泣くな」と親が抑えつけることになれば、お子さんはどうやってストレスを解消していいのかわからなくなり、心に問題を生じてしまうかもしれません。

また、男の子で泣き虫だったとしても、ご両親は「男のくせによく泣く子」という見方ではなく、「男の子だけ感情表現の豊かな子」という見方をして、様子を見守ってあげてください。お子さんも成長して社会性を備えるようになると、徐々に「泣く」という表現ではなく、ほかの表現で主張していけるようになるはずですよ。



もし、「お子さんの泣き虫」で悩まれているようでしたら、ぜひご両親で話し合い、泣いてもすぐ叱るのではなく、お子さんの訴えを最後まで聞いてあげてください。その上で、「大変だったね、じゃ今度はこうしていこうね」「からかわれないように強くなっちゃね！」という風に、前向きな励ましをお子さんに与えてみてください。

“お父さんとお母さんは、いつだって自分の味方でいてくれる”という自信を持たせることが大切です。

ただし、小学校高学年や中学生になっても「泣き虫」がなおらないようであれば、何らかの問題がお子さんに生じているかもしれませんので、一度、専門医に相談してみましよう。

クイズの答え

【丸】 【加】 【巻】 【決】 【緑】

「クイズを解く前に答えを見ちゃだめだよ〜」