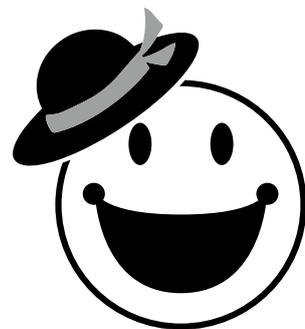


「全少」を日本一研究する指導者による提案

ZENSHOに

挑戦しよう！



養正館館長・渡辺貴斗 第16回

子どもがウソをつく原因は？

◆子どもがウソをつくの正常

「さっき歯みがきしたよ」、「僕は妹をたたいてないよ」、「今日、逆上がりができたよ」など、子どもは実によくウソをつきます。通常は、「ウソは絶対に許されない、ウソをつくことは裏切り行為なので即刻、厳しく叱って悪い癖は正さなくてはならない」と考えますが、この対応は果たして正しいのでしょうか？

実は、子どもが成長段階でウソをつくの正常で、発達のマイルストーンとって脳の発達段階のひとつの指標となっています。子どもがある程度ウソをつくことは、健全に脳が成長している証（あかし）とも言えます。

◆「頭、洗ったよ」

私には息子（小6）と娘（小4）がおり、兄妹でよく一緒にお風呂に入ります。まず、息子がカラスの行水で出てきて、随分あとで娘が出てきます。娘は私のところに来て「お兄ちゃん、頭を洗わなかったよ」などと報告（密告？）に来ます。そして息子に「何で頭を洗わなかった」と叱ると、「洗ったよ」と必ずウソをつきます。頭髪を触って「ほら、洗ってない」と糾弾すると、「本当に洗ったんだよ」と泣きながら訴え、ウソの上塗りをします（妹が目撃者であることを忘れて）。

しかし「頭洗うのを忘れちゃったね」などと言ったときは、「うん、忘れちゃった」と素直にお風呂に戻って頭髪を洗います。つまり、頭ごなしに叱ると、殻に閉じこもってウソをつきます。「ウソをついたら厳しく叱る」、これを続けていると、ウソつきが改善されるどころかますますひどくなっていきます。

◆子どもはなぜウソをつくの

子供がウソをつくときは、主に自己防衛が働いています。お母さんがいつもイライラしていると、いつ、その気まぐれな怒りの矛先が自分に向くかと、精神状態は常に不安定になります。正直に言って、お母さんを怒らせたり、長時間問い詰められるくらいなら、いっそウソをついた方が平穏な時を過ごせます。

子どもがウソをつく一番の原因は、叱られることを回避するためです。正直に話しても叱られるし、ウソをついてもバレたら叱られる、どちらも叱られるなら、一か八かウソをつくことに賭けます。ウソがバレたら、さらにウソで上塗りすればいいのです。叱ることで「ウソをつかなくなるようにする」つもりが、「うまく切り抜けられるようにウソをつく」技術を練磨させていたことになります。

◆ウソをつかないようにするには

これに対し、子どもが正直に言うように習慣づけるにはどうしたらよいのでしょうか？それは、よくない行為をして、それを正直に言ったときに、厳しく叱るのではなく、正直に話したことを第一に評価します。たとえば、「正直に話してくれてお母さんは嬉しい、ありがとう」と言います。あとになって、「自分のしたことを良く考えてみなくてはいいね」と諭（さと）せば、次からも危険な橋を渡らず、隠さず正直に話すことが賢い選択であることに気付き実行できます。正直に話したのに、しつこく問い詰められては、次からはウソをつくようになるのは当然です。「正直に話せる環境作り、雰囲気作り」が、ウソつき癖を治す最良の方法です。

◆子どもの自主性を尊重する

子どもを、ウソをつかざるを得ないような状況に追い込んでしまう原因は、「この子は全然できていない」、「本当にダメな子」という、上から目線で子どもを見ているからです。

「またウソついてる」、「いつもウソばかり」のような説教では、人格から否定されていますので、その後の改善は望めません。何でもルールを作りガンジガラメに縛り付けるのではなく、子どもが自分で決める自由を認め、自主性を尊重するとウソをつく必要がなくなるので、ウソつき癖は治ります。

時と場合によっては、子どもの少しくらいのウソは見逃してあげましょう。欧米にはエイプリルフールというウソを楽しむ遊び心がありますし、ウソが

つけるほど知恵がついてきたか、と我が子を大らかに見守るのも親の役目です。

PROFILE

■渡辺貴斗 TAKATO WATANABE

1968年4月20日生まれ。7歳から父である館長から空手の手ほどきを受ける。先代の病気をきっかけに養正館を継ぐ。児童心理学や成功哲学を研究して子どもたちの「心をつくる」指導法に切り替え、2014年、2015年と2年連続で全少7名入賞させ全国最多入賞道場となる。道場経営でも、一道場で330名を超える大躍進を続ける。

日本空手道鴻志会空手道場養正館 / 静岡県沼津市本田町11-12



Column

「心のコップカード(その6)」 各論5・お手伝い

「お手伝い」のキーワードは、①「自分で決めたことを」②「365日やりきる」です。お手伝いカードになって、急に色塗りがペースダウンする子がいますが、子どもに聞くと「ママが、トイレ掃除にしないで、って決めた」と言います。自分で決めたことは、素直に頑張れますが、誰かに指示命令されたことには、素直に従えません。そんな子には、「毎日頑張っているママを少しでも助けてあげようよ。何ならできそう？」と聞くと「玄関掃除！」などと言います。自分で決めたことは驚くほど長続きします。子どもですから、イマイチな発想ですが、ここは「グッ」と我慢して、本人の言ったとおりにやらせます。ママが「毎日、玄関掃除ありがとう。とても助かってるよ」などと言うと、「僕ね、ママのために今日からトイレ掃除もやるよ」など言い出します。こちらから焦って押し付けず、待つことが肝心です。

カードの通信欄に書いてきてくれたママさんたちの声です。

家の中でも寒いトイレのおそうじ、毎日よく頑張ってくれています。今では生活の一部となり、言われなくてもトイレに向かってそうじしています。たかが色を塗るだけのカードだと思っていましたが(すみません)、色をコップ一杯塗れる、毎日満杯のコップが増えていくという事がうれしくはげみになったようで、無理なく続けることができ、私もとてもうれしいです。(年長 長島心華さん)

「お手伝いをしたときに『ありがとう!』と言ってもらえると嬉しくてまたやろうって気持ちになるね」とニコニコしながら話してくれました。子供のやる気スイッチは、親の言葉かけ一つで大きく変わるものだと再確認した一言でした。(年中 高木秀真君)

お風呂掃除、毎日頑張っていて、私も驚いております。GW中も、おばあちゃんの家のお風呂掃除を頑張り、一日もかかさず続いています。今日も空手の前に頑張ってやりました。いっぱい、ほめてあげたいと思います。

(小2 齊藤希君)

私が決めたお手伝いの「洗濯物たたみ」を、本人が希望する「トイレそうじ」に変えたら、より進んで楽しく出来るようになりました。「トイレそうじを朝と夜の2回やる!」と本人が決め、2月16日は1回忘れてしまいましたが、それ以外は本当に忘れることなく楽しんでやっている様子でした。「ママ、今日は朝と今で2回目終わったからね!」、「トイレの洗剤が無くなったから、買っておいて」などと積極さを感じ嬉しく思いました。(年長 流石慶矢君)

お手伝いカードのお手伝いを篤と相談して「トイレそうじ」に決めました。インフルエンザで40℃の熱と嘔吐したときもトイレそうじをしようとして、さすがに止めました。しかし、こだわりが人一倍強く、自分がやりたいと思った事はやらないと気が済まない性質なので、やらせていました。子供ってスゴいな!と思いました。これが大きくなっても続いたら素晴らしいですね。そんな毎日そうじをする篤を下の子がマネして、一緒にトイレそうじをしています。(年中 若園篤君)

「心のコップ」は、大人にも大変有効! というわけで。私事ですが、靴揃え毎日実践しています。楽しいです! さらに、炊事場で、食器の洗い物があったらそれも洗うことを実践課題にしました。これまでは、妻が洗っていないと腹が立ち、言うところ「私だって忙しい!」と、喧嘩になりがちで、それなら自分で洗おうと洗っていましたが、やはり腹が立っていますから、ガチャガチャとこれ見よがしにやりました。実践課題にしたら、逆に楽しくなりましたし、妻からも心から感謝されています。自らが率先し、実践すると楽しいですね!

(JKファン編集者 養正館担当 中地和彦)

関連
DVD
p148~

