

子育て Q&A

Q きょうだいげんかが絶えず、ついイライラして怒鳴ったりしてしまいます。何かよい解決策はありますか？

A 「①きょうだいが喧嘩をする」「②私がイライラしてしまう」という2つを分けてみます。①きょうだいは、思い切り自分を出してぶつかり合いをしている人たちです。本気のぶつかりを通して、これからの人生を共にするための関係性を築いているのかも知れません。大切なぶつかりを許可してみてもどうでしょうか。②そこ（けんか）から離れること（部屋にこもる、読書をする等）をご自身に許可してみませんか。子どもたちを見ていなければという気持ちをやめ、誰が悪いかを判断しない…お子さんにもご自身にも信頼をもつことをお奨めします。



（回答：高瀬ますみ 教諭）