

# 大崎市子どもの心のケアハウスだより

《1月号》

大崎市教育委員会

## 子どもへの『過剰な期待』は子どものため？

保護者の皆さんは、わが子にどのような人に育ってほしいと願っていますか。生まれる前は「とにかく健康で元気な子だったらいい」と漠然と考えていたものの、成長を追うごとに「勉強ができてスポーツが得意だったらいいな・・・」「誰からも好かれて友だちがたくさんできたらいいな・・・」と期待が膨らんではいませんか？



親の『期待』について考えてみましょう。子どもにとって過剰な期待は困るし、全く期待されないというのも困ります。親が「期待値をどこに設定するか」…難しいですね。

子どもへの期待の形は様々です。「こう育ってほしい」「こんな人生を歩んでほしい」という理想を持っているケース。自分の人生と子どもの人生を重ねて考えて、自分ができなかったことを達成させようとするケース。逆に、自分はこのようにして生きてきたのだから、子どもも当然そうあるべきだという考えを押し付けるケースなどが見られます。

「子どもに期待するな」と言われても、愛するわが子に期待してしまうのは当然のことです。しかし、過剰な期待は子どもに悪影響を及ぼしますから、適度な距離感で見守って欲しいと思います。

## 過剰な期待が子どもに及ぼす影響は・・・？

### ■ 分かったフリをするようになる

親が子どもに高いレベルばかり要求すると、子どもは窮地に追い込まれます。その結果、分かったようなフリをするものの、理解していないので何も身に付かなくなってしまいます。



### ■ 自分の気持ちを抑えこんでしまう

子どもは親の期待に応えようとする気持ちが強くなると、「どうすれば親を満足させられるだろう」と自分の気持ちや考えを抑え込んでしまい、親の反応ばかりを気にするようになります。

### ■ 自己肯定感が下がる

親が高いレベルだけを求めることで、子どもは「今の努力」が認められず、報われない気持ちになります。期待に応えられない自分を卑下し、「自分はダメなんだ」と自信をなくして、自己肯定感の低下を招いてしまいます。

### ■ いい子症候群になる

親の顔をうかがい、先回りして期待に応えようとする自主性のない状態は「いい子症候群」になっているサインです。親の言いなりに動く「いい子症候群」の子は判断力や実行力がかけたまま大人になる恐れがあります。

### ■ 反動で反抗的になる

親の期待が自分にとってつらいものになってきても、子どもにはそれを表現することができません。長く親の押しつけが続くと、ある時、親と子のパワーが逆転して大きな反抗となって返ってきます。

親はつい、自分の子どもをまるで自分の分身のように考えがちです。どんなに小さくても子どもは自分とは違う人間だということを忘れないでほしいと思います。親は我が子により良い人生を歩んでほしいと願う一方で、自分が想像する幸せの型に子どもをはめ込もうとしているのかもしれませんが、“こうあるべき”姿を押し付けず、子どもが望んで決めたことは好きなようにやらせてあげられるといいですね。

