

“凶星を言う・凶星を言ってから叱る”の効果が早かった親子 146 組

石川 ^{あかし} 丹

目次

- I. “凶星を言う・凶星を言ってから叱る”心理療法のお薦め^{すす}
 1. “凶星を言う”は“聞く耳”を作ります
 2. “凶星を言う”は分かってもらえてる感作り・安心作りができます
 3. “凶星を言ってから叱る”は聞き分け良くする方法
 4. “凶星を言ってから叱る”は甘やかしだとおっしゃる人への説得
 5. “凶星を言う”のが難しい、とおっしゃる人への追加説明
 6. “凶星を言う”は問い掛け、問い詰めではありません
 7. “凶星を言う”は子ども自身の自己対象化を促します
 8. 自己対象化は我慢分別育てを促します
 9. “凶星を言う”は不安・葛藤が高じる事による神経症・心身症の子の心の治療法でもあります
 10. “凶星を言う”は言葉の遅れのある子の言葉の発達も促します
 11. 教育では「させる」、 “凶星を言ってから叱る”心理療法では「乗せる」
 12. “凶星を言う・凶星を言ってから叱る”を親子同室同席で説明しています
 13. 凶星を言われるのが増えて登校も増えた不登校の中学生男児
- II. 効果が早かった 146 組親子の紹介
 1. 自由奔放^{ほんぽうぼうじやくぶじん}傍若無人行動を困られた子 86 人
 2. 神経症・心身症のため心配された子 37 人
 3. 言葉の発達がゆっくりのため心配された子 23 人
 4. 考察
- III. 薬について
- IV. ^ほ誉め上手に成れていない親御さんたちへ “OK の声掛け”のお薦め

初めに

筆者の診療は初診時に 30 分前後の時間を掛けて先ずは “凶星を言う・凶星を言ってから叱る”心理療法^{1~5}を説明し、その後は 1 ヶ月毎しばらく通院して頂く事を常としています。そうした中で早くも 1 ヶ月後の再診時には効果を認める親子は珍しくありません。

本稿では効果発言が早かった親子の内の 146 組を紹介します。

筆者は子どもへの心理療法を有効とするには子ども自身が親に受容されていると実感す

る事、“分かってもらえてる感”を作る事、親への信頼感、「お母さんお父さんは僕（私）の安心安全基地だ」と言う思いを作る事が先ずは必要である事を詳しく解説しています。

I. “凶星を言う・凶星を言ってから叱る” 心理療法のお薦め

1. “凶星を言う” は“聞く耳”を作ります

子どもを育てるに当たって、教え諭す、教え導く、指導は必須です。

が、日本の躰教育では怒るのが普通です。怒る、とは禁止を伝える事、子どもが好ましくない事をしたら「駄目だよ」「止して」「～しないで」などとダメ出し先行が普通で、「～してね」とするべき事を教える、諭す、導くは禁止宣告の後に成っています。

禁止は宣告された子どもにとってはしたい行動を否定されるばかりでは無く、自分自身の存在が否定されていると言う思いにも成り得ますので、子どもは「また駄目って言うのっ！もう聞きたくないっ！」と思って心の中で耳を塞ぐでしょう。実際には両手で耳を押さえて聞こえないようにする子も多々います。人間誰でも聞く気があるから聞こえるのです、聞く気を無くしたら聞こえません。ですから、子どもに大人（親）の言う事を聞いてもらうには、聞く耳作りが先行しなければ成りません。

従って、子育てに当たっては子どもの心の中に聞く気、つまり聞く耳を作る事が必要に成ります。

聞く耳は“凶星を言う”をして「ママ（パパ）は僕（私）の気持ち、僕（私）の事よく分かってくれてるんだ。だから、信頼できる。信頼できる人の言う事を聞こう」と言う気持ちを作る事によって作られます。

2. “凶星を言う” は分かってもらえてる感作り・安心作りができます

心理療法の最重要概念は受容です。受容とは子どもの存在と子どもの思いを受け容れ認める事です。

大人は他者が自分を受け容れ認めているかどうかを他者の目の色や顔の表情を読んで、つまり空気を読んで理解できます。しかし、子どもの場合はお母さんお父さんなど大人の目の色を読むのが未熟です。つまり、子どもは自分が受容されているかどうかの判断力が未熟ですので、親が子どもを受容している事を子どもが理解し易いように言葉掛けするのが必須と成ります。

親に受容されている事が子どもに分かり易い言葉掛けが“凶星を言う”です。

“凶星を言う”とは子どもの気持ち、思い、意図、子どもが言おうとしているが上手く言えてない事、言いたそうな事、子どもに言って欲しい事、を大人が推測して、つまり子どもの心を探った上で代弁して言って、ズバリ言い当てる事を言います。

例えば、子どもが喜んでいたら「嬉しい嬉しい」、怒っていたら「怒ってるんだ」、思い出し笑いしていたら「良い事思い出したんだ」、悔しそうに泣いていたら「悔しい悔しいっ」、御八つはお饅頭を希望している様子だったら「御八つはお饅頭だね」、夕食にハンバーグを食べたいと思っているようなら「ハンバーグ食べたいんでしょ」、登校するのを躊躇っている

たら「学校行けそうもないんだ」、外出から帰って黙っていたら「ただ今だね」、おしっこしたそうだったら「おしっこはトイレだね」など気持ちを言い当てる事が“凶星を言う”です。

親が「君の気持ちは分かるよ」と言う目付きで子どもを見ている、子どもは親の目の色や顔の表情を読み取るのが未熟ですから、「ママ（パパ）は僕（私）の気持ち分かってくれてるんだ」と言う理解にはなかなか達しないものです。ですから、言葉で凶星を言われた子の心中には“分かってもらえてる感”つまり“受容されてる感”が湧き上がります。

人間誰でも親しい人、慕っている人、愛している人にズバリ凶星を言われたら嬉しく成り、信頼も醸成され、頼り甲斐も増すものです。

しかしながら、凶星を言われると嫌な場合もあります。子どもが嫌そうな様子の場合も親であっても「嫌だったみたいだね、御免ね」と凶星を言って謝って下さい。

また、「それ言わないで」とはっきり言う子もいますので、その時は「言い過ぎちゃったね、でもママ（パパ）言いたかったんだよ」と凶星を言ってから、取り繕って下さい。

どんな人間関係においても相手が嫌がったら引く、謝るのは当然です。親子であっても人格としては対等ですから、親が子に謝るのは決しておかしい事ではありません。親であっても謝るべき時に謝れば、子どもの親への信頼感は一層増すでしょう。

子どもの心中に「ママ（パパ）は僕（私）の気持ち、僕（私）の事をよおく分かってくれてるんだ。大事にされてるんだ」と思う“分かってもらえてる感”が醸成されれば、「ママ（パパ）を信頼できる、頼りに成る、だから、ママ（パパ）は僕（私）の安心安全基地だ」と言う思いが醸成されますので、学校（幼稚園）で辛い事や嫌な事があっても「お家に帰れば安心安全基地のママ（パパ）が癒してくれる、慰めてくれる、励ましてくれるんだから、学校（幼稚園）で頑張っちゃんとやろう」という気持ちが大きく成り、好ましい行動が育ちます。

3. “凶星を言ってから叱る”は聞き分け良くする方法

叱る、とは、教え諭す、です。

先ずは“凶星を言う”をして「君の気持ちは分かっているよ」を子どもに伝え、その上で「～したら良いよ」「～しよう」「～しなさい」と子どもにして欲しい事、つまり行動方針を示し、その～に乗って貰えるように促す方法が“凶星を言ってから叱る”です。

子どもにすれば、「僕（私）の事を良く分かってくれてる人だから、僕（私）には得意な事、やり易い～を言ってくれるんだよね。だから簡単にできそうと思っちゃうんだよね」と思って、諭す、が成功して、叱る、が上手く行くとする訳です。

例えば、「お片付けしてね」と言っても片付けないでいる場合は「お片付けしたくないんだ、もっと～したいんだ」と子どもの気持ちを代弁して言えたら、子どもは『そう、僕（私）片付けたくないの。もっと遊んで良いよね』と思って親の許可を求めたく成って聞き耳を立てます。そう成った時に再度「片付けてね」と言えば、子どもは『ママ（パパ）は僕（私）の事を良く分かってくれてて味方だ、信頼できる人なんだから言う事を聞こう、と言う意

欲が高じて「片付けてね」が子どもの心に届き、子どもは片付ける事に成ります。

子どもが急に走り出したら「駄目、走らないよ」ではなく「走りたいんだ」と言ってから直ぐに「ここにいて」とか「歩いて」とか言う、癩癩起こして物を投げようとしたら「投げないよ」ではなく「投げたいんだ」と言って直ぐに「ここに置いて」と言う、他の子とトラブって叩きそうなのを目撃したら「叩きたいんだ、優しく撫で撫でて」と声掛ける、「馬鹿」と暴言を吐いたら「ママ馬鹿なんだ」とおうむ返ししてから「小声で囁いてね、心の中で叫んでね」と言うのが“凶星を言ってから叱る”です。

事実、日頃から小まめに“凶星を言う”をして置いて、叱らなければならない時に“凶星を言ってから叱る”をすると聞き分け良く成る子は多いのです。

凶星を言われた子どもは「自分の事を分かってくれている人はいい人だ、味方だ、信頼できる、だから言う事を聴こう」と言う思いが高じるので、叱る人つまり教諭してくれる人の言葉を聞き取ろうとします。だから、叱った、つまり教諭した効果が出易く成ります。頭ごなしに怒れば、「聞きたくない」と言う思いが高じて聞く耳が無くなるので、言う事を聞かない事が多く成ります。

怒るとは「～しないで」「だめ」と否定禁止を強要する事です。怒られて気持ちの良い人はいません。私の強い子、我を張る子、頑固な子であれば繰り返し禁止されていたら逆ギレは増えます。ですから、聞く耳を作って諭すのが重要です。

例えば、親が問い掛けても子どもが答えない場合、親の言う事を聞かないでやらない場合に言葉を理解していないと解釈する親御さんがいます。こうした場合、理解力が無いのではなく聞く気が無いからの事がありますので、“凶星を言ってから叱る”をお勧めするとその後で「ちゃんと理解していました」とおっしゃる親御さんもいます。

4. “凶星を言ってから叱る”は甘やかしたとおっしゃる人への説得

時々、「^{しゅうとめ}姑が見ている所で“凶星を言ってから叱る”をやると、姑に怒られるのでやれなく成っちゃうんです」と^{なみだ}涙ぐんでおっしゃるお母さんがいます。そう言うお母さんに対して筆者は以下のように言ってレスキューします。

私の説明を聞いていない人にすれば、例えば、お片付けをしない子に「片付けたくないんだよね」と言うのは片付けなくても良いと言っているのに等しいと理解される筈です。何故なら、日本の普通の躾教育は“困難を乗り越えよ・苦あれば楽あり・苦手を克服せよ”ですから、やりたくなくてもやらねばならない事をやろうとしない子に「～したくないんだ」と言う言葉掛けは甘やかに写る事に成るからです。

そこで、お母さんには「姑さんには、今、この子の子育てにはこう言う言い方が大事だ、と小児科の先生に教えられたからやっていますと伝えて下さい」とお教えします。

その後 1 ヶ月して「姑さんはどうでしたか」と訊くと、お母さんは「姑はどうも変だけど、お医者さんがそう言うならやっても良いよ、と言ってきて、伸び伸び“凶星を言う・凶星を言ってから叱る”をやれるように成りました」と笑顔で報告してくれます。

5. “凶星を言う”のが難しい、とおっしゃる人への追加説明

子どもの心、目の色、顔色、表情を読まなければ凶星を言うのは出来ません。

大人同士のお付き合い、つまりコミュニケーションではお互いの心の内を相手の眼の色を介して解釈するのが普通に行われています。相手の心を読まないで会話をしたら失礼な事、不適當な事を言ってしまって気まずくなる事は大いにあります。

職場であれば家庭よりずっと人の眼の色を読んでコミュニケーションしている筈です。ですから、大人は相手の目の色を読む事に子どもより長けている事は間違いありません。

勤めを持っているお母さんの場合は、職場で一生懸命に他者の心を読んで疲れているのに家庭でも子どもの目の色を読むのは酷く疲れるでしょうが、“凶星を言う・凶星を言うから叱る”は分かってもらえてる感作りのための言わば種蒔きですから、分かってもらえてる感が育まれれば、そんなに一生懸命しなくても良く成ります。

種を蒔いて、芽が出て花が咲くにはある程度の時間が掛かりますが、花が咲けば子育てが楽に成ります。ですから、それ楽しみにして当面は職場で培った人の目の色を読む能力を家庭でも発揮すると好い結果を必ず生みます。

以下に述べる 146 組の親子は芽が出るのが凄く早かったという訳です。

主婦業のお母さんは結婚前の仕事場で他者の目の色を読む事を沢山やっていた筈です。ですから、昔取った杵柄を子どもに対して発揮すれば好い結果生みます。

6. “凶星を言う” は問い掛け、問い詰めではありません

“凶星を言う・凶星を言うから叱る”をやっているとおっしゃる親御さんの中で効果が出て来ない場合があります。

こう言う場合、親御さんに凶星を言う場合に具体的にはどんな言葉遣いをしているのかお尋ねすると、「～したいのっ?」「～欲しいのっ?」「何が嫌なの?」「何を怒ってるの?」などなど、問い掛けたり、また問い詰めているようにも思える言い方をされている場合が判明します。

問い掛けられたら「お母（父）さんは分かってくれてない」と言う思いが高じてしまいますので、逆効果に成ってしまいます。

そこで、親御さん達には「～したいんだ」「～欲しいんだ」「～が嫌なんだ」「～で怒ってるんだ」と断定的に言い当てて言って欲しいとお願いします。

7. “凶星を言う” は子ども自身の自己対象化を促します

子どもが大人に成るという事の中身の一つには自分を外側から見る事が出来るように成ると言う事があります。これを他者視点あるいは自己対象化と言います。自分を外側から見ると言う事は自分が他人にどう見られているかが分かるように成ると言う事でもあります。つまり、「人の目の色を読む」です。“目は口ほどに物を言う”と言う諺がありますから、相手の目の色を読むのはコミュニケーションするに当たっては大変大切な事ではありません。

コミュニケーションの手段は言葉だけでは無く、仕草によるコミュニケーションも存在します。相手の仕草、取り分け目や顔の表情を言葉なしで理解するのが“空気を読む”で

す。

大人でも「あの人は空気を読めてない」と批判される人がいますが、そう言う人は自分の心を相手に読まれて「自分はそう見られているんだ」と思う経験が少ない人か、読まれる事を嫌がって凶星を言われたら怒ってしまう自己中心性の強い人でありましょう。

相手の目の色を読めるように成るには、自分の心が相手にどう読まれているのかの理解の経験が先が必要です。凶星を言われる事を繰り返された子は「お母さんは僕をそう言うふうに見ているんだ」「お父さんはそんなふう私を理解してるんだ」と思う経験が多く成りますから、自分が他人にどう見られているかの経験が増えます。ですから、大人が子どもに”凶星を言う”が自己対象化の意識を育てる事に成るのです。

8. 自己対象化は我慢分別育てを促します

子どもと大人の違いの一つには分別があります。分別とは、出る時には出て引く時には引く、あるいは、時と場所を^{わきま}弁える、そして、相手によって態度を変える判断意識です。引く時には引くのが我慢です。

子どもは当然ながら我慢分別が未熟ですから、色々と親御さんをして心配させたり困らせてしまうのです。

我慢分別は自己説得、自己操作、自己制御、自己コントロールによって発揮されます。「今これをしたら^{うま}上手くないから、～に成るまで待て」とか「今～すれば上手く行くから始めろ」とか自分に言い聞かせた上で実行をコントロールするのが我慢分別の心です。

自己説得、自己コントロールするには自分を外側から見て自己モニタリングするのが必須です。ですから、自己対象化が我慢分別を育てるための基礎工事に成るのです。

子どもが大人に成るという事は、自分の得手不得手を知って自分がやりたい事を人に迷惑を掛けずに上手くやれるように自分を操作できるように成るという事です。そのために、我慢分別育てが大事に成るのです。

9. “凶星を言う”は不安・葛藤が高じる事による神経症・心身症の子の心の治療法でもあります

不安・葛藤の心は冷静さ、或いは、落ち着きを欠き「どうしよう、どうしよう」「どうすれば良いんだ」と言う思いが高じた、言わば、心がこんがらがった状態、オロオロ・オタオタの不安定な状態です。ですから、ゆったり悠々の落ち着きと安心が減った状態です。不安・葛藤が高じると冷静に自己対象化した上での自己操作が難しく成ります。

神経症・心身症の症状は不安・葛藤が高じて安心が^{げん}減じたために生じます。ですから、安心作りと分別育てが治療の大切な要点に成ります。凶星を沢山言われて“分かってもらえてる感”が充分作られれば、子ども心に安心が増えて不安は相対的に減ります。安心感が充分に成ると冷静に落ち着いて自己対象化し、自己説得自己操作もできる事に成り、分別も育ちます。その結果として神経症・心身症の症状が減ってやがて消失する事に成るのです。

10. “凶星を言う”は言葉の遅れのある子の言葉の発達も促します

誰でも言葉を発する前に、先ずは脳の左右前頭葉前部で思います。この時の思いは未だ言葉に成っていません。何となくの思いで、これを表象あるいはイメージと称します。

この表象を左前頭葉外側部にあるブローカ言語運動中枢と言う部位が言語に変換します。つまり、ブローカ部位が言語プログラミングして、プログラム通りに口と舌を動かせれば、思い通りにしゃべれるように成るのです。

ですから、思い通りにしゃべれない人はブローカ言語運動中枢で上手く表象を言語に変えるのが難しい人です。言わば口下手な人です。大人の人で「～で～が～だから～だと思ってますが、上手く言えてませんが分かって頂けてますか」などと言う人は思いを上手く言葉にできていない事が分かっている人です。

ブローカ言語運動中枢は辞書である、とも言えます。

例えば、吃っている人、あるいは「えーと、えーと」言ってる人はブローカ言語運動中枢にある辞書を引いて適切な言葉を探すのに時間が掛かっていると言えます。吃ったり「えーと、えーと」と言っただけで適切な言葉を見付ける時間を稼いでいると言えます。

ですから、吃っている時や「えーと、えーと」と言ってる時に凶星を言って上げると、喉から手が出るほど欲している言葉を提示してもらえるので、真似し易い手本が示された形に成り、言われた凶星を直ぐに真似て言えちゃうって事に成ります。

学ぶと言う言葉の語源は真似るです。学びの進行には必ず手本が必要です。その手本が「それ出来そう」と思えれば、真似し易い手本に飛び付いて真似て学習が進みます。

しかし、提示された手本に対して「それ難しそう、出来なさそう」と思ったら真似する気持ちが萎えますから、真似しないで手本は手本に成らなく成って学びは停滞してしまうでしょう。

ペラペラよくしゃべる人は、この辞書の中の言葉の項目が多くページ数の多い厚い辞書を持っている、と言えます。

子どもの場合はこの辞書が大人に比べてまだ薄いと言えます。

2歳代に言葉が遅れていても3歳代に成ってペラペラとしゃべれるように成った子は、大人がしゃべる言葉を聞いて覚えて着々と辞書を厚くする事が出来た子と言えます。言葉が遅れている子は辞書作りに時間が掛かっているとも言えます。

11. 教育では「させる」「凶星を言ってから叱る」心理療法では「乗せる」

親御さんは「勉強させても直ぐ飽きてしまいます」「塾に行かせてます」「～を習わせます」と子に対する「させる」発言をよくされます。

また、学校の先生は学習と称するのに親は勉強と称します。勉強の勉の字の意味は「無理をする」で、親が良く言う「勉強させる」と言う言葉には「勉める＝無理をする」に加えて「強いる」と「させる」の二つの強制が含まれます。ですから「勉強させる」は「無理矢理させる」と言う意味に成ります。

どんな人でも無理矢理やらされたら、嫌な気持ちが先に立って積極的によくやる筈はありません。だから「勉強しなさい」と言われた子が素直に言う事を聞いて学習に取り掛か

らないのがしばしば見られる事に成るのです。

親の立場に立てば、自分が子どもの頃に無理矢理学習させられたのを覚えていて、我が子もスムーズに学習する筈は無いと思って、学習を勉強という言葉にすり替えていると推測する事は強^{あなが}ち間違いでは無いでしょう。

勉強という言葉に込められた親のこうした意識は歴史的伝統として何世代も受け継がれていると言う訳です。

懐^{なつ}メロには「押してダメなら引いてみな」と言う歌詞があります。ですから、「させる」で上手く行かなければ「乗せる」があります。

教^{きょう}え諭^{ごん}す、つまり、叱る時は「～したら良いよ」「～しようよ」「～しなさい」と言いますから、～と言う手本を示してそれに乗って貰^{もら}えれば、諭^{ごん}す、の成功です。

不^ふ穏^{おん}当^{とう}な言^{げん}ですが、オレオレ詐欺の犯人は物^{もの}凄^{すご}い乗^のせ上^{じょう}手^てです。最初から何百万円ものお金を差し出す人は居ません。警察は怪^{あや}しい電話は切^きってしま^まいなさいと言いますが、被害者は結局犯人の思^{おも}惑^{わく}に乗^のせられてお^お金^{かね}を出^だしてしま^まいます。

子育てに困っている親御さん達も、またまた不^ふ穏^{おん}当^{とう}の言^{げん}ですが、オレオレ詐欺の犯人張りに親としての思^{おも}惑^{わく}に子どもを乗^のせる方法を取るべきです。強制無しに乗^のせるのは気^き遣^{づか}いも多く大変ですが、“凶^{きよう}星^{せい}を言^いう・凶^{きよう}星^{せい}を言^いって叱^ちる”がそれに当たります。

12. “凶星を言う・凶星を言ってから叱る”を親子同室同席で説明しています

“凶星を言う・凶星を言ってから叱る”心理療法を筆者は必ず親子同室同席で説明しています。何故なら、子どもにも聞いて欲しいからです。筆者は診察時に子どものどこそこが悪いという言い方はしていません。お母さんお父さんが困っている事、当人の子どもが困られている事をどう言うふうにしたら無くせるのか、良く出来るのかと言う視点論点から、こうしたら困らなく成る、ああしたら良くなると事細かく親子共々に説明しています。

幼少児であれば診察室の玩具で看護師と遊んだり、お絵描^かきしたりして貰^{もら}って筆者の親御さんへの説明をそれとなく聞いて貰^{もら}っています。筆者は遊びの様子を観察しつつ、描いた絵を見せて貰^{もら}って子どもの発達診断をしています。

年長児であれば、親御さんの隣りに座って貰^{もら}って説明を聞いて貰^{もら}っています。ですから、以下のような子も出現します。

13. 凶星を言われるのが増えて登校も増えた不登校の中学生男児

学校に行けたり行けなかったりで通院していた中2男子のお母さんが、ある時「この頃、この子に怒られる事があるんです」とおっしゃいました。筆者が『どう言う事ですか』と訊いた所、「ママッ、凶星に成ってない。ちゃんと当ててくれよ」と言ったとの事でした。その後、お母さんが「最近^{さい}は誉^ほめられるように成りました。学校に行く日が増えました」とおっしゃったので『誉^ほめられるって?』と質問すると、「ママ、凶星^{きようせい}当たるように成った、偉^{えら}い偉^{えら}い」と言われるんです、と。

このエピソードは、“凶星を言う”によってこの子の心の中に安心^{あんしん}が拡^{ひろ}がったから家庭家族を安全基地と認識して勇気を出して登校が増えた、と説明できます。

II. 効果が早かった 146 組親子の紹介

筆者は精神発達の心配のために受診して来る親子に対して、初診時に“凶星を言う・凶星を言ってから叱る”を親子同席で詳しく説明しています。

その結果、1 ヶ月後の再診時には早くも親御さんが“凶星を言う・凶星を言ってから叱る”の効果を語った 2～25 歳の 146 人（男子 103 人、女子 43 人）の子を紹介します。

親御さんが困っている事（子どもにとっては困られている事）、心配している事（心配されている事）を 1. 自由奔放傍若無人行動、2. 神経症・心身症、3. 言葉の三つに分類して以下に記しました。

尚、効果が早かった親子の抽出に当たっては、受診して来た子のカルテを全て調査した分けではありません。筆者が当クリニックに赴任したのは 15 年前で、その間に受診して来た親子は 1 万組の多数に及ぶからです。ですから、効果が早かったけれど確認できなかった親子はもっと大勢いる筈です。念のため申し添えます。

1. 自由奔放傍若無人行動を困られた子 86 人（男子 72 人、女子 14 人）

1) 2 歳 0 ヶ月男児

困られている事：癩癩が強い、乱暴、頭打ち、集団に入らない、夜泣き。

1 ヶ月後：母が対応を変え、保育園でも変えてくれて癩癩が減りました。

2) 2 歳 3 ヶ月女児

困られている事：癩が強く、聞き分け無い、遊びを終える時に我慢できずに大泣きする。

1 ヶ月後：母が「まだ遊びたいんだよね」と言うようにした所、児は『遊びたいよお』と言いつつ終われるように成り、落ち着きも出て来て聞き分け良く成り、公園では勝手に行かないで『カカ、見てて、向こう行く』と断ってから行くように成りました。我を張るのはまだありますが、随分扱い易く成りました。

3) 2 歳 3 ヶ月男児

困られている事：人を見たらスーッと行って叩く蹴る、赤ちゃんを掴って泣くとジーッと反応を見ている。自分が使いたい物を兄が触ると直ぐ手が出たり物を探して投げつける。

1 ヶ月後：「構いたかったね」とか凶星を言うと止める事もあり、他児へのちょっかい出しが減りました。

4) 2 歳 5 ヶ月男児

困られている事：気に入らないと母親をよく噛みに来る。

1 ヶ月後：噛みに来た時「やなんだ」と母が凶星を言うようにした所、「ダアダー（いやだあ）」と言って噛まなくなりました。

5) 2 歳 7 ヶ月男児

困られている事：思い通りに行かないと物を投げたりし、母に怒られると弟に乱暴してしまう。

1 ヶ月後：弟を叩きそうになった時に母が「叩きたいんだ、撫で撫でだよ」と凶星を言っ

た後に好ましい行動を提示するようにした所、ハッとして思いっきり叩かなく成り、物を投げるのもグッと減りました。

6) 2歳10ヵ月男児

困られている事：友達を直ぐ叩く、目の前にいるだけで突き飛ばすこともある。母が顔を拭くなど嫌な事をすると叩いて来る。大きい子には乱暴しない。思い通りに成らないと怒る。

1ヵ月後：凶星を言ってから叱るようにした所^{せい}為か、物を取ってしまった時にやってはいけない事をやってしまったという顔付きをするように成りました。

7) 2歳11ヵ月男児

困られている事：癩癩、思いが通らないと「ギャーッ」と成る、手が出る。

1ヵ月後：母が凶星を言うと我を通そうとするのが弱く成りました。「ギャーッ」も乱暴も減り、「怒らないで」「優しく言って」とか言うように成り、困るのは前ほどありません。

8) 3歳0ヵ月男児

困られている事：落ち着き無い、走ってる、やりたい事に拘る。

1ヵ月後：母の大変さは依然の6割に減りました

9) 3歳1ヵ月女児

困られている事：2ヵ月前から癩癩、頭打ち、夜泣き。

1ヵ月後：癩癩、頭打ち、夜泣きは大分減りました。お母さんは「先生の言っている子の扱い方の骨^{こほり}が良く分かりました」と述べました。

10) 3歳1ヵ月男児

困られている事：気に入らないと奇声を発する、聞き分けない、言葉の遅れもある。

1ヵ月後：お母さんは「凄く良いです、スンナリ言う事聞くように成りました、片付けも自らします。感動です」とおっしゃいました。

11) 3歳3ヵ月男児

困られている事：何でも自分でやりたがり、思い通りに成らないと母や姉に噛み付き、禁止されると直ぐに叩いて来る。

1ヵ月後：母が「～したいんだ」「叩きたいんだ」などと言うようにした所、乱暴は半分以上減りました。中学校教諭の母は「凶星を言うは教室でも使えました、凶星を言って叱ったら教室運営が楽に成りました」と述べました。

12) 3歳4ヵ月男児

困られている事：癩癩、物を叩く投げる。

1ヵ月後：教えてもらった事を親がしたら癩癩が治まるのが早く成ってとても助かっています、との事でした。

13) 3歳4ヵ月男児

困られている事：癩癩、テンション上がると言う事を聞けなくなり、制止すると乱暴する。

1 ヶ月：凶星を言って叱るようにした所、言う事を聞くように成りました。

14) 3歳5ヶ月男児

困られている事：上手く行かないと怒って泣く、気に入らないと物を投げる父母を叩きに来る。風の音を恐がる、おしっこが近い。

1 ヶ月後：教えて貰った対応をしています、おしっこが近いのはなく成り、癩癩も減りました。

15) 3歳5ヶ月男児

困られている事：感情の起伏が激しい、気持ちの切り替えが難しい、癩癩、人見知り、恐がり、頻尿。

1 ヶ月後：前に教わった事をしたら癩癩が減り、頻尿もありません。

16) 3歳10ヶ月男児

困られている事：癩癩、保育園でチョロチョロし、職員室に入っちゃう。

1 ヶ月後：怒り易いのは大分減り、保育園からは言われなく成りました。

17) 4歳0ヶ月男児

困られている事：落ち着きが無い、癩癩。

1 ヶ月後：母が午前保育の日に迎えに行くと本児は「テーブル、帰る、5番、やだ・・・」とお弁当を食べないでウロウロしながら怒っていました。いつも5番のテーブルと一緒に食べるJ君がいないのに気付いた母が『仲良しのJ君がいないんで怒ってるんだ』とズバリ言った所、途端とたんに静かに成って食べ始めました。

18) 4歳0ヶ月男児

困られている事：集団行動が難しく多動、保育園で先生が一人付いている、癩癩、すぐ手が出る。

1 ヶ月後：先生の本も読んで前回言われたように叱り方接し方を変えたので良く成りました。「ママこれ全部食べちゃったらどうする、怒るっしょ」と茶化して来ます。

19) 4歳0ヶ月男児里子

困られている事：動きが多い、しゃべり続ける、指示が通らない、思い通りに成らないと癩癩、直ぐにいじける。

1 ヶ月後：随分ずいぶん良く成り心配な事は減りました。「テレビ見たいよね」とか凶星を言うだけで効果が出て、みんなすべに凄く落ち着いたと言われています。

20) 4歳0ヶ月女児

困られている事：落ち着き無い、頑固、癩癩、物を投げたり人を叩く。

1 ヶ月後：大分落ち着いて、癩癩乱暴が減りました。

21) 4歳2ヶ月女児

心配されている事：思い通りに成らないと暴れる事がある。

1 ヶ月後：最近は意識して声掛けして「ワー」と成るのが減りました。

22) 4歳2ヶ月男児

困られている事：言う事を聞けない、^{こたわ}拘りが強く集団生活について行けない、先生の言う事は聞かず、叱ると泣き叫ぶ。

1 ヶ月後：凶星を言えると効き目があって言う事を聞くのが増えました、幼稚園でも聞き分けが良く成りました。

23) 4 歳 2 ヶ月 男児

困られている事：場面の切り替えが難しい、物の並べ方、ドアの開閉、道順などに^{こたわ}拘る、急に家を飛び出す。

1 ヶ月後：凶星を言ったら聞き分け良く成り、母の心配は半分に減りました。

24) 4 歳 3 ヶ月 男児

困られている事：言う事を聞かない、癩癩、ストーブにお茶を掛けた、ガスコンロを^{いじ}弄って小火を出したり、とんでもない事をする。

1 ヶ月後：「どうしても言う事を聞いて^{もら}貰わなきゃいけない時、この子の気持ちを言うようにしたら、ギャーギャー言うが結局は言う事を聞いてくれるように成りました。“魔法の言葉”として使わせてもらっています」と母はにこやかに述べました。

診察終了の際にお絵描きしていた本児に母が「帰るよ」と声掛けしましたが、本児は鉛筆を放せずはまだ描きたそうにしていました。それを見た母が透かさず「もっと使いたんだね」と言ったところ、児は直ぐに鉛筆を筆箱に返してスムーズに退室しました。お母さんがしっかり凶星を言ってるのが確認されました。

25) 4 歳 10 ヶ月 男児

困られている事：ハイテンションに成ると手が出る、物を投げる。

1 ヶ月後：手が出る物投げは無く成りました。

26) 4 歳 6 ヶ月 男児

困られている事：幼稚園ではじっとしていない、質問を次々する、興味が移る、遊び食い、上手く行かないと物を投げる、友達を押す叩く蹴る。

1 ヶ月後：凶星を言ってから叱るをしたら言う事を聞くのが増えました。

27) 4 歳 9 ヶ月 男児

困られている事：^{こたわ}拘り自己主張が強いが普通の^わ我が儘^まなのかアスペルガー障害に当てはまるのか、相手が妥協しないと^{いさか}諍いになる、規制されると「もうしない」といじける、気紛れ、爪噛み指しゃぶり^{えり}襟しゃぶり。

1 ヶ月後：“凶星を言う”を母がやったところ母が怒る場面は 4 割に減りました。幼稚園でもトラブルが少なくなって先生に「どうしたんですか」と言われてお母さんはびっくりしたと笑顔で言いました。

28) 4 歳 9 ヶ月 男児

困られている事：登園を嫌がって床や壁に頭打ちしながら「俺なんか死んだ方が良い」と言う。

1 ヶ月後：頭打ちは減り、始めても止めるのが早く成りました。

29) 5歳0ヵ月男児

困られている事：癩癩、直ぐ怒る、拘りを通す。

1ヵ月後：梃子^{てこぎ}摺る、困る、は大分少なくなり成り、家でも幼稚園でも言う事を聞くようになっています。

30) 5歳0ヵ月男児

困られている事：思い通りに成らないと泣き騒ぐ、集中力がない、言葉より先に手が出る。

1ヵ月後：先生がおっしゃったようにこの子の気持を代弁して言ったら手が出ない事もあります。自分の気持を自分の言葉で言うようになり、泣き騒ぐのは3割は減りました。

31) 5歳1ヵ月男児

困られている事：「ズボンがきつい、パンツがお尻に合わない、シャツの脇がおかしい」などと言って大泣きして着替えに時間が掛かるので大変、普段から母に纏わり^{まとわり}付くのが多い。

1ヵ月後：お母さんは「先生の言う通りにしたら凄く良くなりました。素直に成って長泣きは無く、自分が凄く楽に成りました」と言いました。

32) 5歳1ヵ月男児

困られている事：落ち着き無い、好きなことは集中する、注意が聞けない、突然大声を出す、周囲が見えてない。

1ヵ月後：聞き分け良く成り、注意を聞くようになり成りました。幼稚園で先生が困る事は無く成りました。

33) 5歳1ヵ月男児

困られている事：幼稚園で皆と同じ事をしないでチョロチョロしたり、騒ぐ、先生を叩く。

1ヵ月後：お母さんは「発表会をちゃんとやれたんです、ビックリです」と言いました。

34) 5歳4ヵ月男児

困られている事：落ち着きが無い、順番順路^{ことわり}の拘り、人の話を聞かない、会話にならない、オムツが取れない。

1ヵ月後：我慢が出来るようになり、拘りが減り、質問に答えるようになり、トイレでウンチするようになり成りました。

35) 5歳6ヵ月男児

困られている事：保育園から「落ち着き無い、話を聞けない、軽く注意しただけで泣きながらイヤイヤと言って言う事を聞けない」と言われた。

1ヵ月後：保育園から「返事が出来るようになった、言う事を聞くようになった、明るく成った」と言われました。

36) 5歳6ヵ月男児

困られている事：幼稚園で落ち着き無く集団で行動できない。

1 ヶ月後：幼稚園から凄く落ち着いてると言われて^{びっくり}吃驚です。

37) 5歳6ヶ月男児 T君

困られている事：弟をよく叩くが、叩いた後「Tは悪い子だ、ダメな子だ」と反省する。人が嫌がる事をして「止めて」と言われても止めない。

1 ヶ月後：弟を叩くのは無く成りましたが、上手く行かない時は「Tは馬鹿だ」といじける事はまだあります。

38) 5歳9ヶ月女児

困られている事：服や靴に拘る、買い物ではお決まりのコースがある、切り替えに時間が掛かる、些細な事で怒って大声を出す、母に気持ちが伝わらないと叩いて来る。

1 ヶ月後：前回言われた事を実行したら「うん分かった」と直ぐ言う事を聞くのが多く成りました。

39) 6歳0ヶ月男児

困られている事：怒り出すとワーワー叫んで自分で頭を叩く、暴れる。

1 ヶ月後：お母さんは「暴れるのは減って我慢も増えました。ここに来て良かったです」と述べました。

40) 6歳0ヶ月男児

困られている事：落ち着き無い、夢中に成ると呼び掛けに応じない、癩癩乱暴がある、急に泣く怒る。

1 ヶ月後：癩癩はまだありますが、心配な行動は半分に減りました。

41) 6歳1ヶ月女児

困られている事：思い通りに成らないと涙は出ずに^{なみだ}吠えるように^ほ長泣きする、カッとなったら直ぐ暴力を振るう、感情の起伏が激しい、お気に入りの服に^{こだわ}拘る。

1 ヶ月後：“凶星を言う”ってやつが良く^き効き、長泣き暴力は偶にあるくらいに成りました。

42) 6歳3ヶ月男児

困られている事：思い通り行かないと泣いて怒る、たまに乱暴する、落ち着き無い。

1 ヶ月後：癩癩は減り、口で「もおおっ」と言ってます。

43) 6歳6ヶ月男児

困られている事：落ち着きない、教室での立ち歩き、教室から飛び出す。

1 ヶ月後：大変落ち着いてます。運動会は上手くやれました。

44) 6歳6ヶ月男児

困られている事：カッと成ると他の子をど突く、物に当たる。

1 ヶ月後：癩癩は7割に減り、手加減するように成りました。

45) 6歳8ヶ月男児

困られている事：友達を叩く、集団行動に乗れない、空気が読めない。

1 ヶ月後：前ほど切れて手が付けられないのは無く成って来ました。

46) 6歳10ヵ月女児

困られている事：好きな事だけやりたがる、拘りが強く我慢出来ない、思い通りにならないと激しく泣いてなかなか治まらない。

1ヵ月後：先生の本^{3, 4)}も読んで書いてある事をやったら、凄く効果がありました。心配な行動は半分に減りました。

47) 6歳10ヵ月男児

困られている事：3歳頃から保育園で言う事を聞かないので困ると言われていた、学校の先生に注意されて「一々うるさいんだ、馬鹿」と言ったのを聞いてびっくりした、怒ると「馬鹿、くそっ、デブ、馬鹿親」など暴言を吐く、人を叩く物を壊す、文句を言ってる寝言が多い。

1ヵ月後：前回言われた事をメモして帰って「叩きたいんだ」と盛んに言ったら大人しく成りました、暴言乱暴も学校での^{いさかい}争いも凄く減りました。

48) 7歳0ヵ月男児

困られている事：集団行動ができない、友人の邪魔をする、飛んだり跳ねたり走り回る。

1ヵ月後：教えて頂いた事をこの子に言ったら、自分の気持ちを言えるように成り、一度考えてから行動してます。担任との懇談では「凄く良く成り、ちゃんと座っていて表情も穏やかに成って凄い変化です」と言われました。

49) 7歳0ヵ月男児

困られている事：友達に乱暴、ランドセルを振り回してクラスメートに怪我させた、人の物を取る、癩癩、注意すると大声暴言を吐く。

1ヵ月後：先月より落ち着き、言う事を聞くように成りました。「何時に帰っておいで」と言うを守れます。嫌がって中々入らなかつたお風呂も自発的に入り、宿題も率先してやり、乱暴は無く成りました。

50) 7歳1ヵ月男児

困られている事：小1に成って半年、衝動的、やりたくない事はしない、友達のノートにいたずら書きする、友達の机の物を落とす、友達を叩く、授業妨害をする。

1ヵ月後：前は悪い事してそのまま逃亡していましたが謝るように成りました。発表会はちゃんとやれました。

51) 7歳4ヵ月男児

困られている事：学校で立ち歩き、出て行く、廊下で寝っ転ぶ、注意されると暴言暴力。

1ヵ月後：凶星を言うをしたら蹴らないで物に当たるように成り、暴力は減りました。

52) 7歳4ヵ月男児

困られている事：癩癩が酷い、負けそうになるとキーンと言う、物を投げる、暴力を振るう。担任にも食って掛かって行く。スキー学習で転んで抜かされたら怒ってストックを振り回した。父とゲームして負けが込んで父を蹴った。父母の事を「意地悪」とよく言う。

1ヵ月後：“凶星を言う・凶星を言ってから叱る”は結構効果がありました、物を投げる

のは減り、「ママは意地悪じゃない」と言うように成りました、担任に対してキレるのは無く、友達とゲームして喧嘩けんかしませんでした。

53) 7歳5ヵ月男児

困られている事：癩癩いらい起こすと母や姉を叩く。

1ヵ月後：癩癩乱暴はすっかり無く成りました。

54) 8歳0ヵ月男児

困られている事：友達と揉み合いもみあいに成って怪我けがさせた、友達の眼鏡を壊した、癩癩いらいが酷く怒ったら靴を投げる。

1ヵ月後：友達に怪我させるのはありませんでした。癩癩は減り、姉にケーキを食べられちゃって怒っても母が「食べたかったね」と言ったら癩癩に成りませんでした。ジャンケンして負けても手を出さないで大人しくしていました。

55) 8歳1ヵ月男児

困られている事：イライラいらいらが抑えられず、暴言、手が出る、暴れる。

1ヵ月後：教わった事をやったら手が出る暴れるは無く成りました。暴言はまだあります。

56) 8歳2ヵ月男児

困られている事：キレて母に暴言、物を投げる手足が出る、友達との間でも過剰に反応してトラブルに成ってしまうのが多い。

1ヵ月後：凶星を言うようにしたら気を付けるように成って、母への暴言乱暴は前より時間が短く成って落ち着けるように成りました。

57) 8歳3ヵ月女児

困られている事：拘りが強い、切り替えに時間が掛かる、集中すると周囲が見えず没頭する。

1ヵ月後：先月より落ち着いています。次の行動までの時間が以前より早く成り、聞き分けも良く成りました。

58) 8歳5ヵ月女児

困られている事：喧嘩が多く弟や友達を叩く、注意を聞かない。

1ヵ月後：口喧嘩はあるが、叩くのは無く成りました。注意を聞く事もあるように成りました。

59) 8歳5ヵ月男児

心配されている事：怒りっぽい、癩癩、物投げ、授業中騒ぐ。

1ヵ月後：手が付けられないのは減りました。

60) 8歳7ヵ月男児

困られている事：母に怒鳴るどな手が出る、暴れる、時間を守れない、直ぐ口喧嘩になる、何でもない事を聞き入れない。

1ヵ月後：“凶星を言う”で3割に減りました、大声は出さなく成りました。

61) 8歳9ヵ月女児

困られている事：嫌な事があると他人の足を踏む叩く、声を掛けられても無視する、空気を読めない事がある。

1ヵ月後：先生のやり方で誉める事が増えてグッと落ち着きました。カッと成っても手を出さず落ち着くのが早く成りました。

62) 8歳9ヵ月女児

困られている事：落ち着き無い、一つ一つ指示を出さなければできない、人の話を聞かずに遮る、心ここにあらずで別世界に入っちゃう事がある。

1ヵ月後：前より聞き分け良く成り、学校でも落ち着いていると言われました。

63) 8歳11ヵ月男児

困られている事：集中力が無く落ち着きがない。

1ヵ月後：凄く落ち着いています。

64) 9歳0ヵ月男児

困られている事：ちょっとした事ですすぐ怒る、「面倒臭い、もうやだ」と言って怒る、思い通り行かないと物に当たる。

1ヵ月後：前回説明された声掛けで落ち着いて怒るのが減りました。

65) 8歳11ヵ月男児

困られている事：癩癩が酷い、やりたくない事はワーッと成ってバタバタ30分続く、学校で授業妨害、クラスメイトに手が出る。

1ヵ月後：凶星を言うをしていたら癩癩が短く成り、本人も気持ちのコントロールをしようとしています。授業妨害はありませんでしたが、おしゃべりを注意されてワーッと成ったのがありました。

66) 9歳0ヵ月女児

困られている事：万引き、お友達の物を黙って持って来る、母や祖母のお金を持ち出してシールや消しゴムなど欲しい物を買うのを繰り返す。

1ヵ月後：母が凶星を言うとニコニコするようになり問題行動は減りました。

67) 9歳1ヵ月男児

困られている事：一杯一杯に成ると顔付きが変わって赤ちゃんみたいにそっくり返ってワーッと成り手が出る。

1ヵ月後：良く成りました。手が出るのが減りました。

68) 9歳2ヵ月女児

困られている事：離婚してから感情を止められず「死ね」など暴言を吐いたり、物を投げて壊すなど暴れる。

1ヵ月後：お母さんは“凶星を言う”を意欲的にしたとの事で、暴れるのは無く成りました。

69) 9歳6ヵ月男児

困られている事：急に怒り出して物を投げたりいなくなったり、学校で友達とトラブル

が多い。

1 ヶ月後：急に心配無く成りました、学校でも落ち着いています。

70) 9 歳 8 ヶ月 女児

困られている事：落ち着き無い、言う事聞かない、納得しないとキーンと怒り出す。

1 ヶ月後：言われた事を実践に取り入れて前より素直に成れています。バーッと怒るのが無く成り、言う「何て言ってるの？」と訊き返して来る事が偶にあります。

71) 9 歳 9 ヶ月 男児

困られている事：空気が読めない、呼んでも返事しないのが多い、忘れ物。

1 ヶ月後：凄く良くなりました。凶星を言うところちを向くように成り、忘れ物も減りました。

72) 9 歳 9 ヶ月 男児；

困られている事：学校で苛々したり物に当たったり手足が出る、自分は「居なくて良い」と言って教室学校を飛び出す、職員室で過ごす事もある。

1 ヶ月後：乱暴は無く、教室にいる時間が増え、本人が「今日は一回も出なかった」と自慢げに言いました。学校からも凄く落ち着いていると言われました。

73) 9 歳 11 ヶ月 男児

困られている事：手が出易くてクラスメートに怪我させた。

1 ヶ月後：乱暴はありませんでした。

74) 11 歳 2 ヶ月 男児

困っている事：直ぐ怒る、一方的に話す、弟が泣いて嫌がってもしつこくする、友達とトラブルが多い。

1 ヶ月後：前に言われた事したら付き合い易く成りました。宿題を自発的にし、部屋の整理整頓もするように成り、学校から言われるのも無く成りました。

75) 11 歳 2 ヶ月 男児

心配されている事：忘れ物が多い、やりたくない事をやらなければならない時に癩癩を起す、先の事を考えて行動するのが苦手。

1 ヶ月後：前に言われた事をやったら癩癩が減り、自分で考えるように成りました。

76) 11 歳 8 ヶ月 男児

困られている事：学校で暴力を振るう。

1 ヶ月後：担任に聞いたら「新学期に成って随分落ち着いています。カッと成って怒られるのはありませんでした」と言われました。

77) 12 歳 2 ヶ月 男児

心配されている事：細かい事で怒りっぽい、他人の意見を聞けない。

1 ヶ月後：怒るのが減って感情が安定しています。

78) 12 歳 9 ヶ月 男児

困られている事：暴言、叫ぶ、母を叩く。

1 ヶ月後：言われた事を努力したら、叩くのが無く成りました。

79) 13 歳 2 ヶ月男児

困られている事：ゲームを止められない、忘れ物が酷い、家のお金を盗む。

1 ヶ月後：とても落ち着きました。ゲームを止められるように成り、忘れ物、盗みはありませんでした。

80) 13 歳 2 ヶ月男児

困られている事：直ぐカッとなって乱暴するのでクラスで孤立している、手先は器用だが口下手。

1 ヶ月後：“凶星を言う”を言ってたら、自分でコントロールする意識が出て来て乱暴は凄く減りました。悪口を言われても無視できて友達と上手くやれてると本人が言っています。

81) 13 歳 6 ヶ月男児

困られている事：授業に集中しない、だらける、一人でしたい事をしている、勝手に早退したり、保健室に長居する、友達に手が出る。

1 ヶ月後：凶星を言ってから叱るようにしたら反抗が減って母は楽に成りました。

82) 13 歳 8 ヶ月男児

困られている事：勉強しない、机に向かっても別の事をして集中しない、ワーク宿題を提出しないで先生に繰り返し呼び出されて怒られる、宿題やったと嘘を吐く。

1 ヶ月後：勉強宿題ちょこちょこしてます。「勉強やって来る」とアピールして居間から出て行きます。先生から呼び出されるのも無く成りました。

83) 13 歳 8 ヶ月男児

困られている事：親や学校の先生に反抗的で母には暴力を振るう、火遊びして消防車を呼ぶ騒ぎを起こした。

1 ヶ月後：前回ブスツとしていた本人はにこやか、母は「凶星が効く事もあり、前より我慢が可能に成りました」と述べました。

84) 15 歳 4 ヶ月男児

困られている事：先生を殴^{なぐ}って逮捕され、少年鑑別所に入った事がある。思い通りに行かないと直ぐ腹を立てドアを蹴^{なぐ}ったり、「ぶつ殺す」など暴言乱暴がある。注意するとエスカレートしてしまう。

1 ヶ月後：暴言乱暴は減って、お母さんが凶星を言うと自分で自分を諫^{いさ}めているのが母にも分かりま、と。

85) 15 歳 6 ヶ月女児

困られている事：落ち着き無い、勉強しない、話を理解しない。

1 ヶ月後：凶星を言うようにしたら、きちんと勉強するように成り、テストでも良い点を取りました。

86) 15 歳 8 ヶ月重度知的障害男児

困っている事：物を投げたり壊したり、自分の手を噛む、頭、鼻を叩く。友達を叩く。日頃まわり付いて来る子が寝ている間に叩いた。目つきが険しくなって先生を叩く。訴えが通らないと唾を飛ばす、態と食卓の食物をひっくり返す

1 ヶ月後：自傷他害は減りました。

2. 不安・葛藤が高じる事による神経症・心身症のため心配された子 37 人（男子 15 人、女子 22 人）

1) 2 歳 8 ヶ月男児

心配されている事：長泣き、夜泣き。

1 ヶ月後：凶星を言うようにしたら自分の感情を言えるように成って泣き止むのが早く成り、夜泣きも減りました。

2) 3 歳 1 ヶ月女児

心配されている事：癩癩、夜泣き。

1 ヶ月後：癩癩も夜泣きも大分減りました。

3) 3 歳 4 ヶ月女児

心配されている事：1 ヶ月前に就園したが新しい環境に付いて行けず泣いている、朝登園前に大泣きし中に入れませんが先生に抱っこされると楽しく成って保育に参加できる、言う事をなかなか聞かない。

1 ヶ月後：朝大泣きしている時に母が「幼稚園行きたくないんだ、楽しくないよね」と言ったら『楽しい』と言ってちゃんと出掛けるように成りました。

4) 3 歳 6 ヶ月男児

心配されている事：朝「お腹痛い、病院行く」と言って登園を渋る。

1 ヶ月後：登園渋りは半分に減りました。

5) 3 歳 7 ヶ月男児 K 君

心配されている事：思い通り行かないと泣き続ける、母にべったりで一人で出来ない、幼稚園でも母から離れない。

1 ヶ月後：教えてもらった事をしてかなり変わりました。着替えも「K ちゃんがやる」と言っています。ギャン泣きは減り、幼稚園でも適応が良くなって座っていられます。

6) 3 歳 9 ヶ月女児

心配されている事：父が東京に単身赴任になってから急に「怖い」とか「さみしい」とか言う。母が注意すると直ぐ「やだ」と言って「ママなんて大嫌い」と泣くのが増えた。トイレが近い、登園を渋る。

1 ヶ月後：凶星を言うをしたらパニックも頻尿も減り、「パパが居なくて寂しい」と不満を言えるように成りました。

7) 3 歳 11 ヶ月一卵性双生児妹

心配されている事：人見知り場seen知り、幼稚園の参観日や行事の時は泣いて参加できない。

1 ヶ月後：前回言われたように“凶星を言う”をやっています。1 週間前の参観日では元気に踊って上手くやれました。

8) 3 歳 11 ヶ月一卵性双生児姉

心配されている事：人見知り場所見知り、幼稚園の参観日や行事で他の子のお父さんお母さんが来ると泣いて何も出来なく成る。

1 ヶ月後：人が多くても結構発言し、行事にも参加出来ました。

9) 3 歳 11 ヶ月女兒

心配されている事：爪噛み、紙、ゴム、鞆の肩ひも何でも口に入れる、布団に入ってタオルケットの糸を引っ張って遊び、口入れたりなかなか寝ない、洗濯物がきちんと置かれてないとワーって成る。

1 ヶ月後：口に入れるのは偶に減り、ヤダヤダも減って聞き分け良く成りました。

10) 5 歳 1 ヶ月男児

心配されている事：緊張が激しい、苦手な事があると咳込み、吐きそうに成ったり吐く。

1 ヶ月後：吐きそうに成るのは無く成りました。幼稚園でも積極性が出て来て先生が「驚きました」と言ってくれました。

11) 5 歳 2 ヶ月女兒

心配されている事：扇風機換気扇の音、暗い所を怖がって泣く。

1 ヶ月後：大分良くなっています、前より落ち着いています。

12) 5 歳 8 ヶ月女兒

心配されている事：人見知り強く幼稚園で馴染めない、登園渋り。

1 ヶ月後：大分良く成り、お泊まり会は楽しく行けました。母子共に気が楽に成りました。

13) 6 歳 6 ヶ月女兒

心配されている事：学校に行く前に「気持ち悪い、吐きそう」と言い、保健室登校している。元々心配症。

1 ヶ月後：保健室より教室に居るのが増えました。

14) 6 歳 6 ヶ月女兒

心配されている事：曾祖母そうそぼの死後「閻魔様えんまさまが怖い」と言い、極度に怖がるように成り、鉄はきみとかエレベーターとか見える色々な物を怖がる。「グミが喉のどに詰まりそうで怖い」「心の声がママ嫌いって言った」「N(弟)死ねば良いのに、殺したい」と言う。

1 ヶ月後：怖がるのが減りました。閻魔様は怖く無く成り、鉄も怖く無く成って工作できています。不穏当な言葉は無く成りました、

15) 6 歳 7 ヶ月男児

心配されている事：自転車に乗っていて車と接触してから「声が聞こえる、怖い」と言い、トイレに一人で行けなく成り、夜泣きするように成った。

1 ヶ月後：言われたように凶星を言って安心作りをしたら、怖がるのも夜泣きも減りました。トイレに一人で行けてます。

16) 7歳0ヵ月女兒

心配されている事：寝入って2時間すると泣きながら「手痛い」「足痛い」「男の人が見て、何か言ってる」と辛そうに寝言を言う。

1ヵ月後：夜泣き寝言は全く無くなり、ぐっすり眠れています。

17) 7歳4ヵ月男児

心配されている事：袖口、襟元、鉛筆などをずっと噛んでいる。

1ヵ月後：噛むのが以前より減りました。

18) 7歳5ヵ月女兒

心配されている事：毎日頭痛があり、痛み止めが効かない。

1ヵ月後：頭痛は大分減りました。

19) 7歳5ヵ月男児

心配されている事：元来、食が細く食べるのが遅い。この頃食事前にウエウエして吐いてしまう。

1ヵ月後：入室して直ぐに本人が「食べるように成ったよ、嫌いな物は残すけど」と言い、お母さんも「吐くのはすっかり無く成りました」と言いました。本人は更に「あんなに吐いていたけど、もう大丈夫だもんね」と言いました。

20) 8歳0ヵ月女兒

心配されている事：引越してから鼻をヒクヒクさせたり、髪の毛を抜くように成った。

1ヵ月後：母が変わらねばと思って教えて貰った事をしました。大分良く成りました。

21) 8歳5ヵ月女兒

心配されている事：腕や足をグッと伸ばす、手で喉や眉の上を強く押す。本人も止められず辛いと言う。

1ヵ月後：凄く減りました、この1ヵ月は前に比べると2割しかありませんでした。

22) 8歳5ヵ月男児

心配されている事：友達に悪口を言われてから、朝登校しようとする手の痺れ、足の痛み、吐き気が出て行けない。

1ヵ月後：自分の気持ちを親に話せるように成って「心が強く成って来た」と言いました。痺れ、痛み、吐き気の訴えは半分に減りました。

23) 8歳9ヵ月男児

心配されている事：毎朝、過呼吸に成り、声が出ない、身体が震える、頭痛、心臓ドキドキ、歩けない、目が開かない、片耳が聞こえないなどに成り、10時半に成ると治まり登校する。土日の朝はない。

1ヵ月後：先週から普通に登校出来ています。学校では1~2回声が出なく成りましたが直ぐ戻りました。「不安でしょうがない」と自己対象化発言が出来るように成りました。

24) 9歳0ヵ月男児

心配されている事：数ヵ月前から吐き気嘔吐のため入院を繰り返し、最近では授業中の頭

痛が多く勉強に集中できない。寝言があり「止めて」とか言う。貧乏ゆすりがある。

1 ヶ月後：凶星を言うと聞き訳が良く成り、体調も良く成って入院と頭痛は無く成り、学校で崩れても立ち直りが5～10分と早く成りました。

25) 9歳0 ヶ月女児

心配されている事：公園で高校生が走って来て「ぶっ殺すぞ」と言われてから、外に出られず、夜も寝られなく成った。

1 ヶ月後：夜寝られるように成り、外に出るのも増えました。

26) 9歳7 ヶ月女児

心配されている事：手が震えて字が書けない、慣れない人に話し掛けられると固まってしまう。

1 ヶ月後：お母さんは「字を書く時の震えは無く成りました。自分から意見を言えるように成り、慣れてない人にも挨拶するように成りました。先生が教えてくれた事をしたら随分変わったので“凶星を言う”を学校にも頼みました」と述べました。

27) 10歳5 ヶ月女児

心配されている事：ドアがちゃんと閉まっているか何回も確認する、手洗いの後で蛇口^{じぶぐち}を何回も締め直す、寝る前に電気を何回もオン・オフする。

1 ヶ月後：お父さんが「繰り返す行動は殆ど^{ほとん}無く成りました」と言いました。隣りの本人はニコニコしていました。

28) 10歳8 ヶ月女児

心配されている事：5年生に成ってクラス替えがあり先生も変わり、嫌な事を言われたりされたりして泣いて夜中に寝られない。食欲も落ち、登校できない日もある。

1 ヶ月後：前回言われた事を先生の本^{3, 4)}を読んで復習してしっかりしたら、悩みを母に言えるように成り、学校に行ける日を増えて良く成りました。

29) 10歳9 ヶ月女児

心配されている事：抜毛症^{ぼつもうしょう}。

1 ヶ月後：前回の話を聞いては母を考え方を変え、母が嘘を吐いてクリニックに連れて来た事をちゃんと本人に説明して、言われた事をしたら、その後、抜毛は無く、髪の毛はちゃんと増えています。

30) 11歳0 ヶ月男児

心配されている事：初めての所に行く不安が強く、クラス替えがあつて学校に行けてない。

1 ヶ月後：びっちり行ってます、遠足も行けました。

31) 11歳3 ヶ月女児

心配されている事：眉毛、睫毛^{まつげ}、髪の毛を抜き、癬^{かじ}に成っています。

1 ヶ月後：言われたように凶星を言うをして、言われたように毛足の長いファー生地を「これたくさん抜いてね」と渡したら、3週間で自分の毛は抜かなく成りました。

32) 12歳1ヵ月男児

心配されている事：朝「学校行かない」と言って布団から出て来ない日がある。頑固、いじける、強く怒られると過呼吸に成る。

1ヵ月後：先生に言われた事を取り組んだら良い感じで素直に成って来ました。登校渋りも無く成りました。

33) 12歳11ヵ月女児

心配されている事：友達の様子が変わり陰口を言われているような気がする、教室にいたくない、夜眠れない、心を強くして学校に行きたい、などと言い登校していない。

1ヵ月後：適応教室に行けていて、眠れるように成りました。

34) 13歳5ヵ月男児

心配されている事：登校渋り。

1ヵ月後：言われた事を心掛けていて前回の心配は殆どありません。しっかり登校し、部活もやっています。

35) 13歳8ヵ月女児

心配されている事：頭痛が続き鎮痛剤は効かない。眩暈吐き気、誰かが私の悪口を言っている。起床した時は脳味噌が後から付いてくる感じで学校行くのが大変。趣味のピアノは楽しめている。

1ヵ月後：お母さんが“凶星を言う”を実行した所、2週目は頭痛だけに成り、遠方での部活の大会に行っても大丈夫でした。本人は「学校で友達に凶星を言ったら、泣きながら色々な悩みを言って来たので石川先生の言う通りだった」と言いました。

36) 16歳10ヵ月男児

心配されている事：気分にはらがある、朝起きられない、眩暈立ちくらみ、学校は行かなかったり遅刻したり。

1ヵ月後：この1ヵ月で登校しなかったのは2日だけでした。

37) 25歳知的障害男性

心配されている事：思いが通らない時、あるいは誘因無く、眼や顎をバシバシ叩くので腫れ上がっている。3種類の薬を飲んでいるが治まらない。

1ヵ月後：自傷は3割に減り、腫れは無く成りました。

3. 言葉の発達がゆっくりのため心配された子23人(男子16人、女子7人)

1) 2歳1ヵ月男児

心配されている事：言葉の遅れ、発音不明瞭。

1ヵ月後：意味の分かる言葉が急に増えました。

2) 2歳2ヵ月男児

心配されている事：「パパ」「ママ」「寝んね」「ないない」「がっこ(抱っこ)」のみ、指差ししない、見立て遊びはする。

1ヵ月後「美味しい」「起きた」「でき(できた)」と形容詞、動詞を発し、「ママ、もっと」

と二語文も出ました。アンパンマンを指差して「アー」と言うように成りました。

3) 2歳6ヵ月女兒

心配されている事：言葉の遅れ、「ママ」「パパ」「ワンワン」「ブーブ」「青」の一語段階。

1ヵ月後：「いやあ」「ないない」「赤」「桃」「耳」「足」「パンツ」「海」「めんめ」「バイバイ」と増え、デイサービスでは「先生、椅子」と二語文を発しました。

4) 2歳6ヵ月男児

心配されている事：言葉の遅れ、一語段階。

1ヵ月後：あれから物凄いしゃべるようになって意思疎通出来るのが増えました。「ビンビー（テレビ）もっかい見たい」と三語文が出ました。

5) 2歳7ヵ月男児

心配されている事：二語文発語段階の言葉の遅れ。

1ヵ月後：助詞も言うように成り、二語文も豊富に成りました。

6) 2歳8ヵ月男児

心配されている事：言葉は「ワンワン」「アンパーン（アンパンマン）」など一語が主で、二語文は「ワンワン可愛いね」と一度言ったきり。

1ヵ月後：「あっワンワンいる」と三語文が出ました。

7) 3歳0ヵ月男児

心配されている事：言葉の遅れ、二語文まで、助詞を言わない、人を叩く。

1ヵ月後：母が凶星を言うようにしたら叩くのが減り、言葉も増えて助詞も言うように成りました。

8) 3歳1ヵ月女兒

心配されている事：言葉の遅れ、おうむ返しが多く会話に成らない。

1ヵ月後：凶星を言うはかなり効果があって言葉が増えました。

9) 3歳1ヵ月男児

心配されている事：言葉の遅れ、助詞が未だの二語文発語の段階。

1ヵ月後：言葉が増え、助詞が入った二語文を言うように成りました。

10) 3歳3ヵ月男児

心配されている事：言葉の発達がゆっくり、^{ども}吃る。

1ヵ月後：言葉が増え、吃るのも減りました。

11) 3歳5ヵ月男児

心配されている事：言葉の遅れ。

1ヵ月後：凶星を言ってから言葉が増え「見たい」「欲しい」などと欲求を言うように成りました。

12) 3歳5ヵ月女兒

心配されている事：言葉は二語文までの遅れ。

1ヵ月後：凶星を言うようにした^ま所^い為か言葉が増えました。

13) 3歳5ヵ月女兒

心配されている事：言葉は「お茶ちょうだい」「おしっこ出る」「これ要らない」など二語文、助詞は「て」のみ、「うるしゃい」と言って物を投げバイキンマンを演じる、^{かんしやく}癩癩。

1ヵ月後：凶星を言うと言う事を聞く、会話が増えてお父さんどこ？と訊くと「お仕事」と答え、車で母がスピードを出すと「気を付けて」と言ったのでびっくりしました。お父さんご飯ですよ」と呼びに行くように成りました。

14) 3歳5ヵ月女兒

困られている事：癩癩、幼稚園で飛び出しがある、言葉の遅れ。

1ヵ月後：母が凶星を言うと言う事を聞くのが増え、会話ができるように進歩しました

15) 3歳6ヵ月男児

心配されている事：1ヵ月前から「アアアアイスちょうだい」「おおおじいちゃんが～」とか^{ども}吃るように成りました。

1ヵ月後：凶星を言うようにしたら、吃りは^{ほとんど}殆ど無くなりました。

16) 3歳7ヵ月男児

心配されている事：言葉の遅れ。

1ヵ月後：お母さんは「全然変わりました、凄く^{しび}喋ります。言い方が違うと、こうまで変わるんですね」と述べました。

17) 4歳1ヵ月男児

心配されている事：言葉の遅れ、言う事を理解できない、少し長い指示は通らない。

1ヵ月後：凶星を言えたら聞き分け良く成ります、落ち着いて来ました。

18) 4歳4ヶ月男児

心配されている事：言葉の遅れ、発音未熟「よんしゃい(4歳)」。自分の言いたい事を上手く言えず大人が「～～」と言うと『そうそれ』と言う会話、お友達に「何で分からない事言うの？」と言われる。想定外ではギャア泣きする。

1ヵ月後：母は「言われた事をしたら笑っちゃうくらい良く成り、保育園でも良く成って時系列で話せるように成りました。児童精神科医に診てもらったと保育士に言ったら「やはり専門家だね」と言われました。ギャア泣きが減って普段の生活でもやれる事が増えてびっくりしています」とおしゃいました。

19) 4歳9ヵ月男児

心配されている事：言葉の遅れ、癩癩、出来ないとワーストと成る。

1ヵ月後：凶星を言うを増やしたら言葉が凄く増え、癩癩も減りました。幼稚園にも凶星を頼んでやってもらえて幼稚園でも凄く落ち着いたと言われました。

20) 5歳4ヵ月男児

心配されている事：言葉の遅れ。

1ヵ月後：先生に言われた凶星をやったら言葉が増えました。

21) 9歳8ヵ月女兒

心配されている事：この頃、「あのね、あのね」が出て吃音が目立つ、元々上がり症。

1 ヶ月後：言葉がスムーズに出るのが増えました。

22) 11 歳 10 ヶ月男児

心配されている事：漢字の読み書きが苦手。

1 ヶ月後：国語のテストで半分取れるように成り、漢字は 6 点だったのが 20 点取れました。

23) 24 歳レット症候群女性

不機嫌な時に母が「嫌だね」と凶星の声掛けをしていたら、凄く嫌そうな時に自ら「やだー」と叫ぶように成りました、初めての有意語でした。

4. 考察

「親が変われば子どもも変わる」と言われる事がありますが、上記 146 組の親子はこの言葉が妥当である事を示唆しました。

筆者の診療を希望されて見える親子は概ね三つに分けられます。第一は言葉の問題、第二は神経症心身症、第三は自由奔放傍若無人の行動でこれを普通は問題行動と言われます。

“凶星を言う”は、言葉の心配な子の場合には真似し易い手本提示が、神経症心身症の場合には安心作りが、いわゆる問題行動の場合には分かってもらえてる感作りが、^{しやうてん}焦点です。

そもそも、お互いに困り困られ状態で見える親子の親御さんは「どうしたら良いか？」と相談に見えるのです。親が子どもを連れて来る構図ですが、子どもも困っています。ですから、筆者は親子同席の診療をしています。“凶星を言う・凶星を言って叱る”の心理療法を子どもにも聞いてもらう所に意味があるからです。

それまでの親の育て方では上手く行ってないのだから、新たな育て方を親子に納得してもらい、それを実践してもらえれば親子困り合いっこ状況は解決に向かいます。

初診時に「お父さんお母さんが自分で子どもにできる心理療法をお教えます。心理療法を応用した子育て方法です。今までのやり方では上手く行ってなかったのですから、これからお話しするやり方に変えられればお父さんお母さんの心配事は減る筈です」と言って“凶星を言う・凶星を言ってから叱る”を説明すると、大いに納得する親御さんは多いのですが、時に怪訝な顔付きをする親御さんもいます。

初診時に納得顔に成った親御さんの場合は、“凶星を言う・凶星を言ってから叱る”をしっかりと実践してくれる事に成るのでその後の経過は良好で、本稿で紹介した方々はそう言った方々です。

怪訝顔の親御さんの場合には、「凶星を言ってから叱るなんて甘やかしだと思えますよね」と言って反応を観察し、^{うなず}頷いたり肯定的な表情をする親御さんであれば透かさず「君の気持ちは分かってるよと言う親の気持ちを子どもに伝えるのが“凶星を言う”の目的です」と言って以下の説明を続けます。

親子であっても人として別々の独立した人格ですからコミュニケーションしています。コミュニケーションはお互い“顔の立て合いっこ”と言う事ができます。別の言い方をす

ると“恩の売り合いっこ”とも言えます。

日本人のコミュニケーションは謙讓^{けんじょう}優先です。つまり、先に相手を尊重して相手の顔を立てる形で恩を売り、相手の心に“恩に着る”と言う気持ちを作った上でこちらを尊重してもらうというコミュニケーションの仕方が日本文化です。2016年リオジャデネイロで20年東京オリンピック開催を勝ち取ったのは、とある女性の「おもてなし」発言だったと報道されました。「おもてなし」とは謙讓の事です。

ですから、親であってもお世辞を言う位の気持ちを以って子どもに対して“凶星を言う”を先ずして頂けると、必ずやお母（父）さんの心配、困り感は軽く成り、子育てが楽に成るでしょう。

誰でも「この人は僕（私）の気持ちが分かっている人なんだよな」と思ったら、その人に良い印象を持って心を開きたくなりますよね。「この人は僕（私）の事分かってないんだよな」と思う人とは誰でも付き合いたくないと感じるものですよね。ですから、親子の間であっても子どもの心中に“分かってもらえてる感”が湧き上がれば、お互いの関係は良いものに成りますよね」と追加説明をして納得してもらえるように努めています。

が、なかなか納得顔に成ってもらえない親御さんの場合は、ダメ出し先行と頭ごなしに怒るのが減らないために子どもの否定されてる感と反発心は持続し、親子関係は改善しない事が多く成ります。

心配事が皆無の子育てはあり得ませんので上手に心配するのが大事です。

“凶星を言う・凶星を言ってから叱る”はどんな子育てにも必須です。

III. 薬について

筆者による治療は第一に心理療法で始まります。親御さんが子どもに施^{ほどこ}す事が出来る心理療法を応用した子育て方法です。

“凶星を言う・凶星を言ってから叱る”を始めとする様々な^{にれしき}楡式心理療法^{1~5)}を実施する事で、子どもの困った行動あるいは心配な状態は早くて1ヵ月後には効果が出て、数ヵ月~1年後くらいには改善解決する場合があります。本稿の146組がそのような親子です。

心理療法だけで良くなる場合が多いので、筆者の診療では最初から子どもに薬を飲んでもらう事は無いのです。

他院で薬をもらって飲んでも効^きかないので薬が何種類にも増えて心配と言う事で見える場合も結構あります。こうした場合、筆者の方式による心理療法を始める事で問題行動や心配な症状が良く成り、薬を中止できる場合があります⁶⁾。

筆者の経験では、心の治療に用いられる薬は心理療法を先行ないし併用しないと効かない事がしばしばです。

薬を希望して初めての受診をして見える親御さんもいますが、そういう場合も上記のような説明をして“凶星を言う・凶星を言ってから叱る”の心理療法先行の有意義さをしっかり解説して、理解を求めています。

通院中には子どもに薬を飲んでもらった方が良い場合が出て来る事がありますが、その場合は「～の状態に成ったら止めますよ」と内服に関しての見通し、つまり治療目標をちゃんと説明しています。

IV. 誉め上手に成れてない親御さんたちへ“OKの声掛け”のお薦め^{3~5)}

人は誰でも誉められると気持ち良く嬉しいものです。誉めれると言う事は評価が高いと言う事で、大いに認められた感つまり受容された感、延いては満足安心感にも繋がります。ですから、沢山誉められる事は分かってもらえてる感、安心感を醸成する事に成るので、子育てに当たっては親は誉め上手に成る事が大切に成るのです。

しかしながら、自由奔放傍若無人、神経症・心身症、言葉の遅れなどを心配して来院通院している親御さんの中には誉め上手に成れてないとおっしゃる方が結構おられます。

そういう場合、筆者は以下のように説明して“OKの声掛け”をお薦めしています。

日本人が人を誉めようとする気持ちに成る時には「〇〇先生、凄いねえ。ノベル賞だって」「あいつ、すげえな！逆転満塁さよならホームランだってさあ」など「凄い」「すげえ」と言う思いが生じないと誉める気に成りません。「そんなの当たり前でしょ」と思ったら誉めようとする気持ちは湧き上がりません。これが普通です。ですから、誉め上手に成れてないお母さんお父さんは沢山います。

そこで、この子に“OKの声掛け”をするように心掛けて下さいとお願いします。

“OKの声掛け”はどう言う事かと言うと、この子が当たり前の事でも好ましい事をしたら「OKそれで良いよ」と声掛けする事です。

日本人が子どもの躾教育をする時には、怒る、をするのが普通ですから、なるべく怒らないように心掛けていても、怒るのは直ぐ言えて言い易いですから全く無く成る事はあり得ません。

お父さんお母さんはそんなにダメダメ言ってる積りは無くても、子どもからすれば「またダメって言うんだからあ」と言う否定された感^{つら}は心の底に淀んでいます。そうした中で「OKそれで良いんだよ」と言われた子は「僕（私）のやり方で良いんだって」と思って肯定感が湧き上がるでしょう。「良いんだって」と言う思いは認められた感ですから、ダメと言う否定が目立つ親子関係の中でも良いと言う肯定が子どもの心に心地良く響く事に成ります。だから誉められたに等しい気持ちに成る筈です。

例えば、いつものように玄関で靴を履いたら、誉める程の事ではありませんが裸足より益しですから「OKそれで良いよ」と言うのが“OKの声掛け”です。また、いつものように当たり前のように朝食の牛乳を飲んだら「OKそれで良いよ」と声を掛けて下さい。いつものように当たり前のように好ましい～をしたら「OKそれで良いよ」の声掛けが増えれば、

誉めて無くても誉め上手に成れます、とお薦めしています。

上記のような説明をした後でも、中々“OK の声掛け”が難しいとおっしゃる親御さんもいます。そう言う親御さんには以下のように説きます。

日本人は親に成ると現代でも、江戸時代以前の身分世襲制、太平洋戦争以前の家父長制の時代には常識であった「子どもは親の言う事を聞いてそれをやれば間違いない」と言う考え方が、むくむくと盛り上がって来る事があるのは決して稀ではありません。歴史的文化的意識は潜在的であっても払拭するのに長い時間が掛かるものです。ですから、「大した事でもないのに誉めるなんて」という思いが湧き上がり易く、それが“OK の声掛け”が難しいと感じる理由です。

子育てで困っている事を無くして行くために親であっても子どもに齒の浮くようなお世辞を言う位の気持ちに成れば「OK それで良いよ」は言い易く成るでしょう。

親が子どもにお世辞を言うなんて親の沽券に関わると思うのが普通でしょうが、子どもにお世辞を言う気持ちで接するのは子どもが良くなるための投資、種蒔きだと思って、つまり、一時的な事だと思ってやって見て下さい。

子育ての言葉には昔から「着めたり、賺したり、煽てたり」があります。賺すの意味は機嫌を取ってこちらの言う事を聞いてもらう、煽てるの意味は盛んに誉めて好い気に成って貰ってこちらの思惑に乗せる、です。ですから、お世辞を言うに等しい事です。

お世辞を言うには結構な気配りが必要ですから疲れますが、おいおい心配が無く成ればお世辞を言う気遣いは減らしても大丈夫に成りますから、当面はお世辞意識を以って子どもに関わって見て下さい。

引用文献

- 1) 石川 丹：“好い事作り”療法－困っている子と親への発達カウンセラー－. 小児科臨床 61:2055-2061, 2008.
- 2) 石川 丹：癩癩、衝動、攻撃、同一性保持など問題行動に対する精神療法－好い事作り療法－. 日本小児科学会誌 114:439-446, 2010.
- 3) 石川 丹：子育て親育ち読本 I. 札幌：社会福祉法人楡の会出版部，2014.
- 4) 石川 丹、田野準子：子育て親育ち読本 II. 札幌：社会福祉法人楡の会出版部，2014.
- 5) 石川 丹：子育て親育ち読本 III. 札幌：社会福祉法人楡の会出版部，2017.
- 6) 石川 丹、大塚耕右、植田祐樹、高橋有美、柳生一自：新規抗精神病薬無効の自傷他害に対して精神療法が奏効した 15 歳重度精神遅滞例. 小児科臨床 64:2038-2041, 2011.