



# いち早く知らせる勇気 つなぐ声



## ◆「つけ」のつもりが虐待に

子育てをしていると、子どもが言うことを聞いてくれず、イライラすることがあります。つい、叩いたり怒鳴ったりすることもあります。一見、体罰や暴言には効果があるように見えますが、恐怖により子どもをコントロールしているだけで、子どもはなぜ叱られたのか理解できないこともあります。子どもの成長の助けにならないばかりか、悪影響を及ぼしてしまう可能性があります。次のポイントを心掛け、子どもに向き合いましょう。

## ◆子どもを健やかに育むために

### 1 子育てに体罰や暴言を使わない

子どもにとって大人から叩かれること

や怒鳴られることは、とても怖いことです。心に大きなダメージを受けることもあります。体罰や暴言は「虐待」へとエスカレートする可能性もあります。「叩かない、怒鳴らない」と心に決めましょう。

## 2 子がSOSを伝えられる雰囲気をつくる

親に恐怖を持った子どもは、親に気に入られるように、親の顔色を見て行動するようになります。恐怖を持つ親に対しては、子どもが心配事を打ち明けられなくなります。心配事を相談できないと、いじめや非行など、より大きな問題に発展してしまう可能性があります。

## 3 爆発寸前のイライラをクールダウン

子どもが言うことを聞いてくれないときに、イライラすることは誰にでもあることです。しかし、疲れが溜まっていたりストレス度が大きかったりすると、子どものわずかな行動をきっかけにイライラが爆発してしまうことがあります。イライラが爆発する前にクールダウンするための、自分なりの方法を見つけておきましょう。

## 4 子どもの気持ちと行動を分けて考え、育ちを応援

子どもに「イヤだ」と言われたとき、親自身が戸惑うこともあるでしょう。「どうしたらいいのかな？」と、子どもの考えを引き出し、必要に応じて助け船を出しながら、子どもの言い分を気長に聴きましよう。



## ◆あなたの気持ちを分かってくれる人たちがいます

誰もが子育てや家庭のことで、思いどおりにいかなくて悩んでいます。決して一人で悩みを抱え込まないでください。悩みを打ち明け、一緒に考えることで、随分と楽になります。相談すれば、きっと良い方法が見つかります。ぜひ、ご相談ください。

### 児童虐待の相談窓口

◎子育て支援課 ☎23,3513

【休日・夜間】 ☎22,1111

◎東二河児童・障害者相談センター

☎(0532)54,6465

### 児童虐待かも?と思ったら

あなたの1本の電話で救われる子どもがいます。

◎児童相談所全国共通ダイヤル

☎189 (いちややく)