

「おや？私はどんな親(おや)？」思春期の親「みかえり」チェックリスト

あてはまる項目に ☐ をつけてください。

設問A

- ☐①朝、声をかけて子どもを起こす。
- ☐②子どもが忘れ物をしたら、学校まで届ける。
- ☐③子どもが友だちとケンカをすると放っておけない。
- ☐④うちの子は悪くない、と思うことが多い。
- ☐⑤子どもが欲しいものは買い与えることが多い。
- ☐⑥子どもの考えていることは、だいたいわかる。
- ☐⑦「お小遣いが足りない」と言われると、ついあげてしまう。
- ☐⑧わが子は年齢のわりに幼いほうだと思っている。
- ☐⑨子どもが〇〇できない(へたな)のは、その子のせいではないと思っている。
- ☐⑩就職・結婚しても近くに住んで欲しいと思っている。

設問B

- ☐①新学期には新しい担任の先生の「当たり」・「はずれ」が気になる。
- ☐②子どもから「うるさいな」、「放っておいて」と言われることが多い。
- ☐③出がけには、「忘れ物は無いの?」と聞くことが多い。
- ☐④子どもが付き合う友だちについて意見を言うほうだ。
- ☐⑤質問に子どもがなかなか答えないと、「A?それともB?」と先回りして聞く。
- ☐⑥「早くしなさい」が口癖である。
- ☐⑦試験前なのに勉強していないと、イライラする。
- ☐⑧彼氏(彼女)が出来たら、どんな人か相手の情報を集める。
- ☐⑨習い事や塾は主に親が決める。
- ☐⑩親が選んだ大学や就職先はまちがいないはずだから、その通りにさせたいと思う。

設問 C

- ☐①子どもと仲の良い友人の名前を知らない。
- ☐②子どもの担任の先生の名前を知らない。
- ☐③食事は家族バラバラでとることが多い。
- ☐④テストの結果を聞かない(子どもの成績に関心が無い)。
- ☐⑤子どもの様子がおかしい時は、基本的に放っておく。
- ☐⑥ここ一か月、数えるほどしか子どもと話していない。
- ☐⑦何事も自分自身が恥をかいったり、痛い目にあわないとわからないものだと思う。
- ☐⑧仕事が忙しくて、子どもと話をしないことが多い。
- ☐⑨子どもをしかるのは、面倒くさいと思う。
- ☐⑩何があっても、自己責任だと思う。

設問 D

- ☐①テストがあると「他の子はどうだった？」と聞く。
- ☐②子どもがスポーツや成績で負けると、悔しくて仕方がない。
- ☐③成績が上がったときに「次はもっとがんばろう！」と言うことが多い。
- ☐④「どうしてできないの？わからないの？」と言ったことがある。
- ☐⑤「あなたはそんな子じゃないでしょ？」と言ったことがある。
- ☐⑥子どもが勉強している姿を見ると安心する。
- ☐⑦よその人から「子どもさん、すごいね」とほめられるのが嬉しい。
- ☐⑧最低でも、親と同程度の学力が欲しい。
- ☐⑨自分(親)は学生時代、わりと優秀であった。
- ☐⑩子どもは将来大物になる素質があると思っている。

設問 E

- ☐①大きな声でどなりつけることがよくある。
- ☐②ファミレスや電車の中で、子どもが走り回っているのを見るとイライラする。
- ☐③最近の親は甘いと思うことが多い。
- ☐④子どもが「流行だから」と言って、だらしない服装をするのは許さない。
- ☐⑤養ってもらっている以上、親の言うことは聞くべきだ。
- ☐⑥「家から出て行け」と言ったことがある。
- ☐⑦子どもが弱音を吐いたときは、「弱音を吐くな」と突き放す。
- ☐⑧「子どものくせに口を出すな」ということが多い。
- ☐⑨自分は親から厳格なしつけを受けてきた。
- ☐⑩10代はまだ子どもだから、ルールを作って守らせる必要があると思う。

タイプ別診断結果



Aが多かった→世話やきタイプ 行き過ぎは「過保護」

子どもがやる前に、あれこれと世話をやいて、なんてもやっつけてしまうタイプ。

子どもがまだ小さい頃と同じように接していないでしょうか？子どもの依存心が強くなるように、手出し・口出しはグッとガマン。できるだけ子どもに考えさせたり、自分で出来ることはさせよう。「手を出さないで見守る」親の子離れトレーニングが必要？

Bが多かった→知りたがりタイプ 行き過ぎは「過干渉」

子どもが何をしているか、何を考えているか、気になって仕方がないタイプ。

それはもしかしたら、親のあなた自身が、子どもの行動をコントロールしたいから？「子どもはまだ危なっかしい」、そんな気持ちをちょっと抑えて、多少のことは大目に見る。親の意見をおしつけないようにしたい。

Cが多かった→おまかせタイプ 行き過ぎは「過放任」

子どもの行動に対して、あまり口を出さないタイプ。

10代の子どもの個人として尊重することと、放っておくことは似ているけれども、ずいぶん違う。「ものわりの良い親」は、子どもにとっては自由にさせてくれて良い反面、無関心な態度は寂しいもの。子どもは、親の心からの叱責と応援を欲しがっている。

Dが多かった→上昇志向タイプ 行き過ぎは「過期待」

わが子に大きな期待をよせているタイプ。

子どもに期待するのは親として当然の事。ただし、余り要求するハードルが高すぎると子どもは無理に「よい子」を演じたり、できないと自分に失望してしまいがり。励ましている言葉がプレッシャーになる事もある。

Eが多かった→しつけ重視タイプ 行き過ぎは「過厳格」

厳しくしつけるのは、親の役目だから、親の言う通りに行動させるという信念がある。

でも、余り厳しすぎると子どもは委縮してしまうし、逆に親に見つからなければ良いとウソをつくことも…。家庭の方針はそれぞれだけど、「親に従っていれば問題ない」と言うのではなく、子どもに、その理由を説明できるようにしたい。

「子どもに、どのような声をかけていきますか。」

①どうしても、「スマートフォンを与えて欲しい」と言い出して聞かないとき。(でも、まだ与えない)

②ゲームやネットの使用が依存気味になってきて、約束の時間になっても、なかなかやめないとき。

自分のタイプをちょっと振り返って、わが子にどのような話し方や接し方がよいでしょうか。(できれば、いつもと違う接し方を考えてみてください)

自分の考え



自分の考え



他の方で参考になった考え

他の方で参考になった考え