

月刊「倫風（りんぷう）」7月号より

岩立京子さんは、発達心理学と幼児教育が専門の大学教授です。「親離れ、子離れについて考える」というテーマで論説文を書いていますので、ぜひ、お読みください。

子どもの自立に必要な親の子離れ 岩立京子

子育ての大きな目標である「子どもの自立」は、子どもの親離れによってのみ達成されるものではなく、親の子離れとの相互作用によって実現されるものです。ここでは、子どもの自立心の芽生えを親が理解し、徐々に世話や援助を少なくしていくこと。そして、親自身の潜在的な子育てへの依存に気づき、子離れしていくことの大切さについて考えてみましょう。

子どもの自立心の芽生えをとらえ、見守る援助へ

親が子どもに服を着せる場合、1歳半頃から少し楽になっていくものです。親が、服の身頃側の袖の入り口に子どもの腕を曲げて持って行ってやると、そこからは自ら手を伸ばして、袖に手を通そうとしてくれます。親が、服を着やすい位置に持っていきただけで、子どもが自ら着てくれるようになるのです。それで、着替えがよりスムーズに感じられるようになるわけです。

生活の端々で、乳幼児期から、このように自分にできることを自らしたがるようになります。「すごいね、自分でできるんだね」とほめると、有能感が芽生え、親がすべてやってあげなくても、少しの援助と工夫によって自らするようになっていきます。

自立心の芽生えを理解し、直接的な世話や援助を少なくしていくことが、親離れのスタート期においてはとても重要なことです。それが、乳幼児期だけではなく、児童期、思春期の自立や親離れにもつながっていきます。

親自身の自立と、子離れの重要性

親にとって、子どもが親離れし、自立していくことは大変うれしいことですが、同時に自分を頼ってくれなくなるという寂しさも感じるのではないのでしょうか。

子どもにとって親は、自分を世話し、守ってくれる大切な人です。同時に親にとって子どもは、自分がいなければ子どもは育たない、つまり、自分は子どもにとってかけがえのない存在であり、子育てのやりがいや充実を感じさせてくれる人になります。

こういったやりがい、お役立ち感をずっと感じていたいという潜在的欲求から、過保護、過干渉ともいえるほどのかかわりを、知らず知らずのうちにし続けて、子どもの自立と親離れを妨げる場合があります。

このように子育てや子どもに依存している親は、子どもがたくましく成長し親離れしていくと、「空の巣（からのす）症候群」といって、子どもが巣立ったあとの空虚感や無気力、うつ病などが出たりすることがあります。

子どもの親離れは、親が重要でなくなったということではなく、子どもにとっての親が、直接、世話をしてくれる存在から、精神的な支えとしての重要な存在へと変化してきたととらえることが大切です。

親は、子どもの自立や親離れに応じて、世話や援助を少なくしていきつつ、いつでも子どもの存在を肯定し、温かく見守る存在でいると同時に、自らも自立した人間として、子育て以外に目標をもつなどして、子離れしていくことが求められるのです。