

「子離れ」「親離れ」できない親子たち。過保護すぎると将来どんな悪影響がでる？

親にとって、子どもは何歳になっても可愛い存在ですよね。「そろそろ子離れする時期だな」と思いつつ、つい過保護になってしまうママやパパも多いのではないのでしょうか。

たしかに、子どもを大事にするのは大切なことです。しかし、子離れ・親離れすべき時期になってもわが子に世話を焼きすぎると、将来的に悪影響がでる可能性も存在します。そこで今回は、親子のかかわり方について考えてみましょう。

過保護すぎるのは子にとっても親にとってもよくない？

まずは、過保護すぎる関わりにはどのような悪影響が潜んでいるのかをみてみましょう。わが子とのかかわり方で後悔をしているママたちに、その事情を聞いてみました。

- ・「受験の苦勞をさせたくないと思い、付属の大学まで内部進学できる私立の中学校に進学させました。おかげで、息子は受験を気にする

ことなく部活に打ち込むことができたようです。ところが、大学生になると『内定がもらえればどこでもいい』『研修が面倒だから内定辞退しようかな』と言い出すように…。もう少し我慢強さを身に付けてほしかったです」

・「小さい頃から、息子の身の回りのことは私がしていました。学生になっても部屋の片づけをしてあげたり、家事のやり方を教えなかったり…。今では社会人ですが、スーツの用意も朝食の準備も未だに私がしています。自分のことを自分でする、という自覚がないようです」

子どものときにできなかったことを、大人になって習得するのは難しいものです。「わが子のために」という気持ちでしている行動が、子どもの可能性やスキルを狭めているかもしれません。自立を促していくためにも、過保護すぎる関わりはほどほどにしたほうが良さそうですね。

過干渉すぎるのは「ヘリコプターペアレンツ」になることも！

そうはいつでも、子どものことが気になってたまらない…という方もいるかもしれません。しかし、過干渉すぎる親は「ヘリコプターペアレンツ」になる可能性もあります。

これは、「子どもに関して気になることがあったら、すぐに関与してくる過保護で過干渉な親」という意味。まるで子どもの頭上で一挙一動をチェックし、ホバリングしているような親というイメージですね。

そういった状態が続くと、子どもは自主性を失い、親の言いなりになってしまうリスクがあります。自分で困難を乗り越えよう、自分の進みたい道を進もうという意欲も低下してしまうでしょう。

「朝、自分で起きること」から子離れを始めよう

ヘリコプターペアレンツや毒親について知り、「毒親になるのを防ぎたい」と感じた方も多いのではないのでしょうか。とはいえ、いきなり子どもと距離を置くのは難しいもの。そこで、毎日のルーティンの一部から子離れを始めてみるのがおすすめです。

たとえば、朝の時間だけ子離れに挑戦してみるという方法があります。

毎朝親が子どもを起こす、朝ご飯の準備も母親が行なうという家庭も多いはず。その状況を変えるべく、目覚まし時計をセットし、起きた後はトーストや飲み物などを自分で用意させるのです。

たったこれだけのことで、「学校に遅刻したら自己責任」「身の回りのことは自分です」という認識が生まれます。急に親離れをさせるのではなく、少しずつ自分でできることを増やしていきましょう。

まとめ

過干渉や過保護すぎる関わりは考えものですが、子どもを心配すること自体が悪いわけではありません。大切なのは、適度な親子の関わりを保つことです。

子どもにとって、親は自分の一番の理解者であるはず。子どもが安心して新たな道に挑戦できるよう、うまくサポートできる親になりたいですね。