



## スクールカウンセラーだより

令和5年 夏号

### 「嘘を考える」

人は何歳くらいから嘘をつくと思われませんか？ 諸説ありますが、だいたい3歳くらいからだと言われています。3歳は言葉で自分の考えを人に伝えることができるようになる年齢。つまり、人間は言葉を使い出すとすぐに嘘をつき始める生き物なのです。

大人は子どもに「嘘をついてはいけません」と教えますが、日々の生活の中では、子どもに嘘をつくように教えています。

例えば、本当は小学1年生なのに「まだ小さいから幼児の料金で入れるわ」とか、夏休みに親戚の家に行くのが嫌だから、身体は健康なのに「体調が悪いって言っておいて」とか、「パパがパチンコに行くことはママには内緒だよ」とか、数え上げればキリがありません。

口では嘘をつくなと教えて、行動は嘘をつくことを教えている。子どもはこの矛盾に気づき、嘘をついても良いのだと学習します。

それでも大人の教えをちゃんと守り、真実に対するこだわりを強く持った子ども達は、友だちに上手に嘘をつくことができず、自分の思ったことをそのまま話してしまい、仲間外れにされてしまうこともあります。「今日のその服はあなたには似合わないよ」と、正直に言っただけなのに仲間外れにされた。意味がわからない。やはり正直者はバカをみるのですかと嘆きます。

笑い話のようで、なぜ正直に話したら仲間外れにされたのかをこの子に説明するのはとても難しいのです。

大人は嘘をつくなと私に教えた ⇒ それを守って正直に言ったら仲間外れにされた ⇒ 大人にその理由を聞いたら「嘘も方便」とか「臨機応変」とか言われた ⇒ それはつまり、嘘をついても良いということだ ⇒ 〈結論〉“嘘をついてはいけないと教えた大人こそ嘘つ

きではないのか？”

みなさんならこの論理を崩せますか？「だって大人は嘘つきなんでも～ん」と居直ってしまえば楽なのですが、なにか引っ掛かりますよね。さてさて嘘は是か非か・・・。

大人も子どもも、この夏休みの自由研究にしましょう（笑）

子どもの嘘で一番厄介なのは大人になってから「病的虚言癖」という心の病になってしまうことです。様々な原因が論じられていますが、私の経験では、子ども時代に家族の中に凄く怖い人がいて、体罰や虐待、暴言、10分を超える長いお説教、叱責、激しい夫婦喧嘩などの体験をした人達の多くにその兆候がみられます。

「子どもが嘘について困っています」という相談を受けた時、私は家の中に、怒ったらすごく怖い人はいませんか？と尋ねます。

多くの場合、おられます。子どもは嘘をつきますが、ちょっと限度を越えているなあと思った時は、その子を指導するよりも、家族の中の怖い大人がその振る舞いを改めたほうが効果的です。アンガーマネジメントという技法で怒りをコントロールしてもらいます。子どもに怒ってしまうのは良くないことと分かっているけれど、つい切れてしまい、その後で激しい自己嫌悪に陥る子育て中の保護者の方もたくさんおられます。

～～解決方法～～

一人で悩まずにスクールカウンセラーに相談してみませんか？あらゆる心理技法を駆使して、みなさまのメンタルヘルスをお守りします。

ご予約について

完全予約制です。開設日時は学校にお問い合わせください。初回のご予約は学校の先生を通じてお申し込み下さい。2回目からは相談室で直接予約して頂けます。

皆様のご来室を、心よりお待ちしております。

スクールカウンセラー 古川秀明