

# なぜ兄弟喧嘩は起こる？

「相手が何と言ったのか、本当にそう言ったのか？」という質問を繰り返すことで、兄弟喧嘩の解決策を見いだすことができます。



「Win-Win を考える」(第四の習慣) 101 ページ参照

「理解してから理解される」(第五の習慣) 115 ページ参照

「相乗効果を発揮する」(第六の習慣) 129 ページ参照

子どもがいる家庭では当たり前の兄弟喧嘩。ささいなことから言い合いになり、しまいには取っ組み合いの喧嘩にまで発展します。たとえば、7歳と9歳の男の子のこんな喧嘩です。

弟 「鼻血が出ちゃった！ あいつが頭をぶつけてきたんだ！」

兄にTVのリモコンを奪われ、鼻から血を流しながら弟が叫んでいます。そこで母親は、ほとぼりが冷めるまで兄を自分の部屋に行かせ、弟の鼻血を拭き、しばらくしてから2人を呼んで話し合いをさせました。

母親 「この問題を解決しましょう。2人がいつも喧嘩したり殴り合っているから、みんな困ってるの。自分の気持ちをお兄さんに話してみて……」

そうすると、2人はしばらく相手の悪い点を言い合っています。母親は、「相手が何と言ったのか、本当にそう言ったのか？」という質問を繰り返します。

弟 「僕がTVを見ていると、お兄ちゃんはいつもチャンネルを変えちゃうんだ」

母親は、兄に、弟の言ったことを尋ねます。

兄 「僕が何でも取り上げて、やりたいことは何でもすると思ってる」

この「相手が何と言ったのか、本当にそう言ったのか？」という質問を数回繰り返した結果、たった数分で2人の関係はポジティブなものに変化しました。そこで母親は最後にこう尋ねたのです。

母親 「今度はTVのチャンネルとか他のことで喧嘩になったら、叩く以外にどんなことができる？」

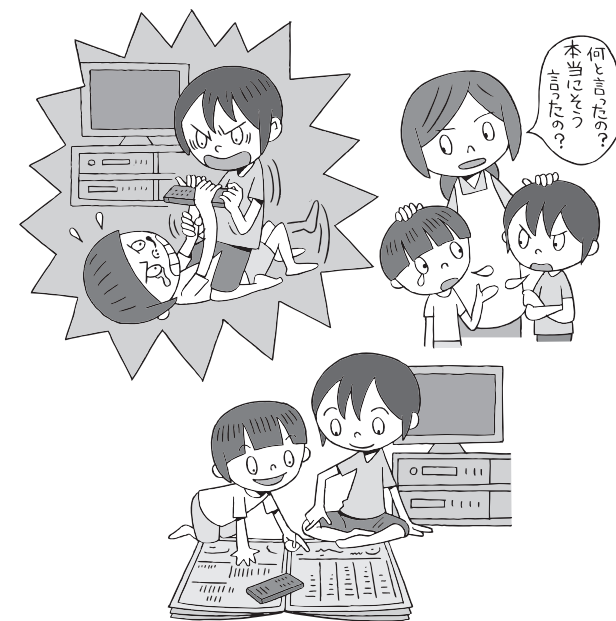
兄 「何か他のことをするか、ママかパパに相談する」

弟 「外で遊んだり、ゲームで遊んだりする」

母親 「新聞のTV欄を見ながら、毎日1つか2つ選んで、前もってどれを見たいのか話し合うっていうのはどう？」

ついに第三案(134ページ参照)を見つけ出すことができたのです。これは「7つの習慣」の中の、「Win-Win を考える」(第四の習慣)、「理解してから理解される」(第五の習慣)、「相乗効果を発揮する」(第六の習慣)を実践したことになります。

相互尊重と相互理解に基づいたWin-Winの問題解決案を発見できれば、その人間関係の感情を正常化することができるようになります。コミュニケーション不足による小さなすれ違いをお互いが確認し、人間関係が破綻する前に解決策を考えることができます。そうすれば、また次の問題にぶつかっても、お互いに主張を言い合うだけでなく、第三案を見いだすことができるのです。たとえ同じ方法で解決できなくとも、自分たちには解決能力があるという自覚が生まれます。こう自覚することで、兄弟喧嘩も減っていきます。



# お前は特別なんだ！

家庭環境に恵まれない子どもでも、  
親が子どもの存在価値と能力を繰り返し肯定し続けることで  
子どもは揺るぎない自信をつけ、自分の人生を切り拓くことは可能です。



「主体性を発揮する」(第一の習慣) 33 ページ参照

家庭環境に恵まれなかった少年が、親の無償の愛によって自らを信じ、主体性を発揮した物語です。

私は素晴らしい家族の中で育ちました。バカにされたり、虐待されたり、侮辱されたりしたことは一度もありませんでした。母親からは「**お前は才能があって、特別で、将来は偉大な仕事を成し遂げるのだよ**」といつも教えられました。こうした日々の肯定が、私の人格形成の大きな力になったのだと思います。なぜなら、9歳のある日、母が心臓発作で急死したことがきっかけで、私は間違った方向へ進みそうになったことがあったからです。

日々泣き声が絶えず、家族全員が失意のどん底に落ちました。特に父は、母が亡くなったことでひどく落ち込みました。母が亡くなった直後、父と姉は悲しみに打ちひしがれていたのに、なぜか私だけ学校に行かされました。

私は、一人の生徒が校庭の向こうから「**おい、お前のママが死んだんだってな**」と叫んだ言葉を忘れることはできません。何百人もの生徒がこの言葉を聞いていました。私は「**ああ、死んだよ**」と答えました。

私はこの返事も決して忘れません。この言葉で、事態を認識し、受け入れ、先に進むことができました。私は、そのとき、自分が困難を受け入れ、耐え、乗り切ることができるかと確信したのです。

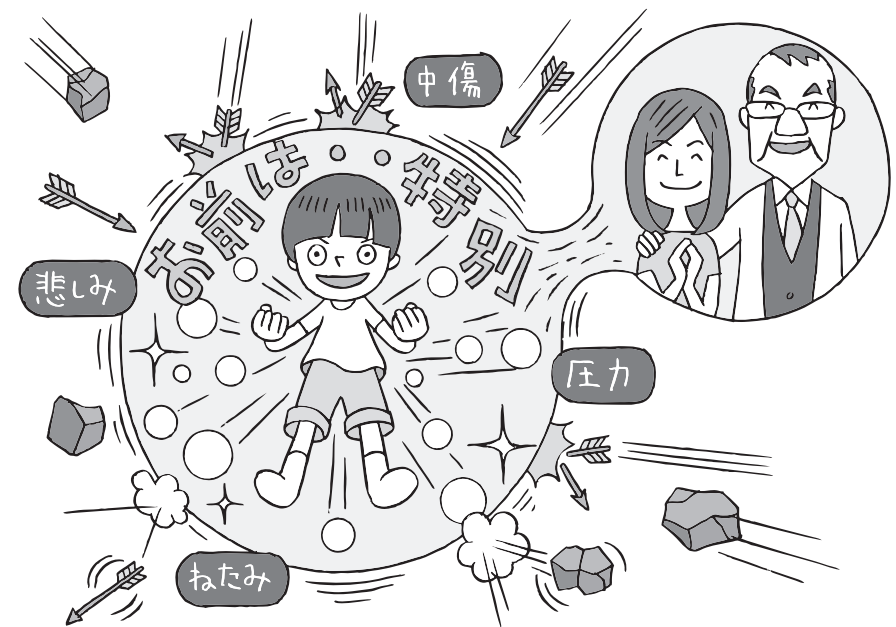
事態は悪くなる一方でした。父は昔ながらの医者で、患者のために働きづめで、子どもたちの面倒を見ることができなかつたからです。その後、父は3人の子どもがいる女性と再婚しました。そのうち2人は私と近い年齢でした。突然、見知らぬ女性が私たちを育てることになったのです。しかし、家族の努力も実ら

ず、結局父は6年後に離婚してしまいました。10～17歳の間、私は順風満帆とは言えない家族の中で育ちました。

でも、しっかりと守られ、徹底的に自信を与えられた幼少期が、その間も私に素晴らしい影響を与えてくれました。私を愛し、育ててくれる母が亡くなり、円滑とはいえ再婚生活が続いた間も、私は常に「**僕は特別なんだ。将来は大きな仕事をするんだ**」と信じていました。そう信じていることができたのは、私が家を出るまで、父は毎晩部屋に来てくれて、「**お前はものすごい才能がある、特別な若者なんだ。きっと、将来、素晴らしいことが待ちかまえている**」と話してくれたのです。

当時は、「**ああ、わかったよ。この前も同じことを聞いたよ**」と答えていました。でも、この言葉は、いつしか自分の一部になっていきました。実際、私にはそれほど才能はありません。けれども、何かを達成できるだろう、その自信が揺らいだことは一度もないのです。これは恐らく、父が私にくれた最大の贈り物でしょう。父は私に、揺るぎない自信を与えてくれました。

この少年の両親は、環境に左右されず、常に子どもの存在価値と能力を肯定し続けました。その結果、子どもは「主体性を発揮する」(第一の習慣)ことで、自分の人生を自分で選択することができるようになったのです。親が子どもに与えることができる、最も影響力の強い、心に届く無償の愛の形と言えるでしょう。たとえ子どもの現在の行動がその正反対であっても、子どもの根本的な存在価値と能力を繰り返し肯定し続けることこそ、最も大切な教育なのです。



# 第一の習慣： こんなこと言ってはいませんか？

1日の中で、10代の子どもと母の信頼関係を損なう言葉

次の会話の例をご覧ください。

ある母親の子どもに対する言葉の例です。ありがちな言葉だと思いませんか？このような言葉ばかり発していると、子どもの気持ちはどうなるでしょう。子どもは母親に対して、信頼や尊敬、親愛の気持ちを持つことができるでしょうか。

この中であなたがよく言いそうな言葉、あるいは、近い意味で使っている言葉は、いくつぐらいありますか？チェックしてみましょう。

- AM6:55 早く起きなさい。また遅れるわよ。…………… □
- AM7:14 朝食をしっかりと食べなきゃ駄目でしょ。…………… □
- AM7:16 なんて格好なの。もっとましな服を着てちょうだい。…………… □
- AM7:18 ゴミを出すのを忘れないでね。…………… □
- AM7:23 上着をちゃんと着て行きなさいよ。外は寒いんだから。…………… □
- AM7:25 学校が終わったらすぐ帰ってきなさいよ。  
それから宿題はちゃんとやりなさい。…………… □
- PM5:42 ゴミを出すのを忘れたでしょう。  
おかげで次のゴミを出す日までゴミだらけよ。…………… □
- PM5:46 スケートボードを片付けてよ。  
誰かつまずいて怪我したら大変だから。…………… □
- PM5:55 夕食の時間よ。なんで何回も呼ばなければならないの。  
お手伝いくらいしてちょうだい。…………… □
- PM6:02 何やっているの。  
食卓でヘッドフォンかけちゃいけないって言うてるでしょ。  
言うてるのが聞こえてるの？ ヘッドフォン外しなさい。…………… □
- PM6:16 生活変えないと駄目よ。  
部屋は汚いし、家のことも手伝わないと駄目でしょ。  
みんなあなたの召使いじゃないんだから。…………… □
- PM6:36 ゲームやめて皿洗いを手伝いなさい。  
私があんたの年頃は、そんなもんなかったわ。…………… □
- PM7:08 何見てんの。こんな番組よくないでしょ。  
それに宿題も終わってないでしょ。…………… □

- PM7:32 宿題が終わるまでTVは見ちゃ駄目って言うてるでしょ。  
それにお菓子ばかり食べてちゃ駄目って言ったでしょ。  
怒鳴らなきゃわからないの。…………… □
- PM9:59 ステレオがうるさいわよ。もう寝なさい。  
明日また遅刻しちゃうわよ。…………… □

いかがでしたか？ 半分以上あると答えた方は要注意です。

## 🏠 家族で演習

あなたの家族が言いがちな「よくない言葉」を取り上げてください。どのような言葉に言い換えれば、家族間の信頼関係を築き、良好なコミュニケーションをとることができるでしょうか。

名前	言いがちな言葉	言い換えた言葉



# 第一の習慣： 信頼残高を増やす

銀行に預けるお金のよう、信頼の預け入れをしよう

影響の輪を広げるための1つの方法は、「信頼口座」というたとえで、あなたの信頼度を考えることです。信頼口座とは、お互いの信頼関係を銀行口座の残高にたとえたもので、主体的に行動し信頼を築くような行為を行えば「預け入れる」ことができ、信頼を低くする行動を行った場合「引き出し」になります。その結果としてできた信頼残高は、その人とのコミュニケーションを図り、問題解決ができるお互いの関係のレベルを示すこととなります。

家族との間に高い信頼残高が保たれていれば、お互いのコミュニケーションは大変良好になり、ちょっとした間違いを犯しても、これまでの残高が補ってくれます。しかし、信頼残高が低く、不渡りが出ているようであれば、お互いの間に余裕がなく真のコミュニケーションはとれません。

次の例を参考にしながら、家族間でどんな預け入れの活動や言葉があり、また、どんな引き出しの行動や言葉があるのかを考えてみてください。

娘は全く私のことを信頼しようとしませんでした。娘との衝突を解決しようとするたびに関係が悪くなるばかりでした。そんなとき信頼残高を学びました。娘に対して、今までとは違う行動をとるだけでなく、娘を本当に愛するように決意しなければなりません。

そこで、娘との信頼口座に毎日5つの預け入れをすることに決めました。そして、今まで行っていた娘に対する批判などの引き出しを一切やめることにしたのです。娘が学校から帰って来たとき、温かい笑顔で迎え、「学校はどうだった？」と聞いてみました。「あんたに関係ないでしょう」という冷たい返事が返ってきました。

私は我慢して、その言葉を聞かないふりをしました。そしてニコニコしながら、「いや、元気かなと思っただけさ」と答えました。数日間、預け入れを続けるように努力しました。忘れないようにメモを書いて、いたる所に貼り付けました。娘のとげのある言葉も無視し続けました。今までやり返すように条件付けられていたので、かなり難しいことでした。

彼女を変えようとするのではなく、自分自身の気持ちや行動を変えることに集中するようになって、全く違う目で娘を見ることができるようになりました。娘が愛情を必要としていることもわかってきました。そうして、ほとんど考えなくとも娘のためにいろいろなことをするようになっていました。

2週間ほど経ったある日、娘は「最近パパ変わったよ。どうしたの、何かあったの？」と聞きました。私は「いや、自分自身を変えなければならなかったただだよ」それから2ヵ月経ち、お互いの関係は深まり積極的なものになってきました。信頼と愛情が日増しに増えています。

以上はすべて信頼口座からの引き出しを減らし、預け入れを増やした結果です。では、信頼残高を増やすための具体的な方法とはどのようなものでしょうか？ 次ページから信頼口座に預け入れる方法について具体的にご紹介します。

## 🏠 家族でゲーム

### 子どもたちと信頼口座をつくってみましょう。

子どもたちの銀行口座を開設し、「預け入れ」と「引き出し」を説明します。そして、子どもたちに「信頼口座の箱」を作ってもらいます。

① 子どもたちに箱をデザインしてもらい、それを皆の見える場所に置く。

② 預け入れカードをつくる。

③ 子どもたちが1週間の間、お互いの預け入れカードを書いて箱に入れるようにする。たとえば、「お母さん、部屋の掃除をしてくれてありがとう」とか、「娘が食器を片付けてくれた」あるいは「弟が犬を散歩に連れて行ってくれた」など。

④ そうした預け入れについて、家族全員で話し合い、自分にとってどういう行動が預け入れになるのかを紹介し合うような話が出たか、書き出しましょう。