

【体験談】ひとり親家庭で育つこどもは人一倍幸せになれる！特徴やすごいところを全部みせます！

ひとり親家庭で育つ子供の実態やその後の人生について、筆者の体験談やネットリサーチの結果をまとめてみました。

何かしらの生きづらさを感じている人も少なくはないと思います。そんな思いを抱えている人へ。

明るい未来に向けてのエールになればと思い、この記事を書きました。ぜひ最後までお読みいただけると嬉しいです。

ひとり親家庭で育つ子供の特徴3つ

時には偏見をうけてしまうこともあるのですが、実際にはどういった特徴があるのでしょうか。体験談をまじえてご紹介します。



1. 親を守ろうとする

たった一人の親が苦勞するシーンを日頃から目にしているため、少しでも親の役に立とう、親を楽しにしたいという思いが強いです。

2. 親を困らせないようにと気を遣う

これをしたら困らせるのではないかな？これ以上苦勞をかけたくない...という考えから、自分の欲しいものよりも親の喜ぶものを選択することが多かったです。

大人になった今は、自分の本当に欲しいものを選ぶようにしていますが、時々以前のクセがでてしまうことがあります。

3. 自分の欲求や感情を抑えがち

先に述べたとおり、自分の本当の気持ちを抑えることが多かったのも、社会人になってからも周りに合わせることも多く、気づけば自分の思いに蓋をすることばかりでした。ストレスが溜まることも多く、それに気づいてからは、うまく吐き出せるように気を付けています。自分をご機嫌にしたり幸せに感じるのは自分自身だからです。

4. あたたかい家庭に強い憧れを持つ

両親そろった家族全員で食卓を囲む。休日にはみんなでお出かけをする。そんな何気ないことが特別で幸せの象徴なんだということを、幼少期から多くの人が羨ましく感じていたと思います。

一番欲しいものは、そういう普通の当たり前のような時間なのです。

ひとり親家庭で育つ子供の共通の悩み

誰にも言えずに抱えてしまうことも多い悩み。きっと共通するものが多いと思います。一つ一つみていきましょう。



- 自己肯定感が低め

自ら望んだことからの成功体験が少なく、本来は両親に見守られて育つはずの自己肯定感がうまく育っていないために、「どうせ自分なんて」と思うことばかりでした。

他者から褒められても、自分自身でそれを認めることができずに、いつも人と比べては劣っていると思ひ込むことの繰り返し。

結果、劣等感を生み出していたのは自分だったのです。これは本当に悲しい事です。

ひとり家庭で育つこどものすごいところを以下にご紹介しているので、人から受けた良い評価や、人一倍できていることを見つけてもっと素直に自分を認めてあげてください。

自分を丸ごと受け止められるようになってからは、卑下することもなくなってきました。まずは自分を理解することから始めましょう。

● 人の顔色をうかがうクセがついている

ひとり親家庭では、たった一人の親が子供にとっては絶対的な存在です。親の機嫌や体調などを常に気にして生活しています。

これが今では自分の得意分野として強みにできている部分なのですが、この性質がゆえに過去は苦労しました。他人の機嫌や感情が気になってしまい、落ち着かなかったからです。

うまくこの性質を利用して、円滑なコミュニケーションをとれるようにしていけると集団生活や家庭でも人間関係がうまくいきます。

● 寂しがり屋である

片親がいらないというだけで、家族の生活の時間は大きく違ってきます。他の家庭とくらべると、その差は大きいです。親がひとりで忙しく働いている分、接する時間も減るので当然ひとりの時間も増えます。兄弟の有無などでも違って来る部分ではありますが。この経験から寂しがり屋な人間性が出来ていくのでしょうか。

ひとり親家庭で育つ子供のすごいところ

欠点ばかりのようですが、決してそうではありません。

反対に、苦しい思いをした分、こんなに人並外れた長所も沢山あります。



- 人の痛みの分かる人間になる

人に比べてハンデのあることが多いので、スタートラインすら同じように立てない。そんな経験から、困っている人や苦しい人の思いを上手にくみ取ることができます。これは人生を歩むうえで人柄として評価を受けることが多いです。

- 我慢がよく芯の強さがある

常に逆境だったからこそ、根底からの心の強さをもっている。少しのことではくじけない。むしろどん底の方がやる気がわいてきて、どんなことが起きても負けない不屈のパワーに満ち溢れています。

- 儉約家になる

限られた生活費で暮らすことを強いられてきたので、自然とやりくり上手になります。先取り貯金をして後々の出費に困らないように工夫したり、目先の生活だけでなく老後の資金もバッチリ準備しています。これは人生の中での最も大きな糧となります。

- 料理の腕が身につく

親は生活費を稼ぐために忙しいことが多いため、空腹は自分で満たすしかありません。
今ある冷蔵庫の中身で時短料理を完成したり、レシピも豊富になります。
すべては生きていくための術を自分で編み出してゆきます。

- 志が高い

貧困などで思うようにならないことが多く、とにかく何に対しても上昇志向が高いです。
成功体験を得たい、人生で一花咲かせてやるという気力に満ちています。
負けず嫌いで人に劣ることが嫌なため、努力を惜しみません。

- 人によって態度を変えない

偏見をうけたり、いじめの対象になることもある為、人一倍差別などにたいして敏感になります。
ですから当然、自分も人によって態度を変えたりは一切しません。皆に平等に接することが出来ます。
これも人間関係を築くうえで、とても大切なことです。

ひとり親家庭で育つ子供にパートナーができるとうなる？



- 何よりも恋人や家族の優先度が第一！

家族愛が強く、絆を深めること、思い出をふやすことを何よりも大切に思っています。
そのためには、仕事を調整したり、必死に家族との時間をつくることに徹します。
それは時に相手との温度差を感じてしまうほどのものかもしれません。

- 大切な人を失う経験から、いつも思いやりをもって接することができる。

家族を失うという大きな深い悲しみを経験しているため、家族や周りの人を傷つけるような行為は絶対するべきではないことを理解しています。
明日あえなくなるかもしれない、いつ病気で自分がこの世を去るかもしれない。
そのくらいの考えで相手に接することによって、より一層大切にすることができると思うのです。

- 試し行動をすることもあるかも？

この人は何があっても私から離れていかないかな？ずっとそばにいてくれるのかな...といった不安から、嘘をついてみたり、愛情を図ることも時にしてみたくくなります。

試し行動について、下記の詳しくまとめたある記事を参考にされてみてください。
こちらは子育て中の方にも、とても役立つ有益な情報になると思います。

https://point-g.rakuten/co.jp/educare/articles/2021/kids_trial_action/

また、試し行動をしてしまうことについての対策は次の内容で実行していました。

「試し行動はしてもいいから、相手に自分の性質や生まれ育った環境によって強い承認欲求があることや、寄り添ってほしい気持ちがある。
などの旨をあらかじめ伝えて了承を得ておく。」

これによって、相手からの理解度が高まりましたし、より一層ふたりの絆が深くなり、将来に向けての目標がみえてきました。

ひとり親家庭で育つ子供が、家庭をもってから注意すべきポイント



- 今の幸せに感謝を忘れないこと

家庭がいつか壊れてしまうんじゃないかと、不安になりすぎることもある。疑心暗鬼になってしまったり、必要以上に悩むこともありました。そんな不安に押しつぶされそうになるよりも、まずは今の幸せを一つ一つ感じて感謝することのほうが実際は大切なんですよ。

- 子供に自分のエゴを押し付けない

子供ができると、自分の幼少期の経験から、潜在的にエゴを押し付けてしまうこともあるかも。自身が受けたくても受けられなかった教育に対してや習い事に関して、少々口うるさくなってしまう面もでてくるかもしれません。こども本人のやる気に合わせてあげるのがお互いのために一番だと思います。

- 言えなかったワガママが爆発するので時に制御する

幼少期になかなかわがママが言えなかった分、理想や憧れが頭の中に渦巻いているので、大人になって甘えたり欲望が爆発する可能性があります。

それはそれである程度の良識のある範囲内であれば、パートナーの了解を得て吐き出しても構わないのではないのでしょうか。
人間は皆平等に生きる権利があるのですから。

まとめ



ひとり親家庭で育った方。現状に苦しんでいる方。ご自身の体験に重なる部分はありませんか？
それぞれのひとり親家庭のケースは違うので、価値観や捉え方は違うかもしれません。
しかしご覧いただいたとおり、家族の幸せを保つポイントを幼少期から、知らず知らずのうちに身につけられているあなたは、最強なのです！

幸せになる教訓を胸に刻んだ経験から、もうすでに誰よりも大きな幸せを手に入れているといっても過言ではありません。

自信をもって幸せへの一歩をまた一つ進んでいってくださいね。