

ワイワイ教育プラザ

子育て問答集

「親自身・夫婦のこと」

子育てで直面する様々な悩み……。

初めての子はもちろんのこと、兄弟姉妹であっても、子どもは一人一人違うだけに、悩みも様々です。

このコーナーは、幼稚園・保育園で数多くの子どもたちの面倒を見てきたベテラン教師たちが「よくある悩みへの回答集」という形でまとめました。



目 次

子どもを叱る時感情を抑えることができません	3
父親がいないので子育てに不安があります	4
赤ちゃんにどうやってかかわってよいか分かりません	5
子どもが眠っている間に出掛けて用事を済ませたいのですが	6
毎日泥んこ遊びで洗濯が大変です	7
食事の時間にイライラしてしまいます	8
皆の中に入って行けない子どもの様子が許せない	9
姑に気を使って子育てがうまく出来ない	10
子ども連れでもいいから遊びに行きたい	11
就学前に心掛けておくことはどんなことですか	12
息子は、私が嫌いなんです。どう接していいか分かりません。	13
“通園カバン”は誰が持つの？お母さん？子ども？	14
何でも子どもの言うとおりにした方がいいのですか	15
母親と離れない3歳の女の子です	16
ついたたいてしまいます	17
わが子の反応が気になります	18
夫にもっと育児に協力してもらいたいのですが	19
ほかの子とつい比べてしまいます	20
娘を可愛いと思えないのですが	21
子どもがなつきません	22
子どものために時間を決めてかかわっています	23
私は虐待ママではないかしら？	24

Question

子どもを叱る時感情を抑えることができません

1歳の女の子と5歳の男の子の母親です。子どもに「いけない」と言ってもいうことを聞かないので、すぐカッとして怒ってしまいます。自分の感情を抑える事ができずどんどんエスカレートしてしまいます。どうしたらよいのでしょうか。

Answer

手のかかる1歳の女の子と腕白盛りの5歳の男の子と2人の子育てで大変ですね。

下の赤ちゃんに手がかかるのでお兄ちゃんだけでもお母さんの言うことを聞いてくれると助かるのに・・・とってしまいますよね。無理もないと思います。今までお母さんを独占してきた男の子にとっては、お母さんに言われることがお母さんとの距離を突き放されるように思うのではないのでしょうか。

「ダメダメ」と否定の言葉ばかりでダメ！

女の子に手をかけて男の子には「お兄ちゃんだから」と言って我慢させて、お兄ちゃんが言う事を聞かないと「だめ、だめ」と否定的の言葉をかけストレスを感じさせていませんか？赤ちゃんに関わったことで叱られると「やきもち」をやき反抗的になり、言うことを聞けなくなるのかも知れませんね。反抗的な態度を見て、お母さんが感情的になってしまうのを少し冷静になって考えてみましょう。

赤ちゃんのことをお兄さんに手伝ってもらいましょう

「さすがお兄ちゃんね」と褒めて少しずつ赤ちゃんに触れさせながら、可愛がるように仕向けお兄ちゃんを認めていくようにしたらどうでしょうか。

例えば、洗濯物をたたむのを手伝ってもらい、小さな服などをたたみながら「小さいでしょう」「お兄ちゃんもこんなの着たのよ」と話しかけたり「赤ちゃんの布団を敷くの手伝って」と呼びかけて、端を持ってもらい「お兄ちゃんもこの布団に寝たのよ」「あ、お兄ちゃんの匂いがする」という風にお兄ちゃん存在を認めてあげたりしながら、赤ちゃんとの触れ合いを図って、お兄ちゃん自覚を促す演出を試してみるのもよいのではないのでしょうか。

お父さんがいる時は協力してもらいキャッチボール等をして遊んだり、一緒にお風呂に入ったたりして触れ合うように心掛けましょう。お母さんの気持ちが落ち着いて子どもも安心して過ごせるようになってくるでしょう。(栗田)



Question

父親がいないので子育てに不安があります

4歳の男の子です。子どもが1歳の時、主人と死別しました。実家に戻り両親と4人暮らしです。私が勤めていますので、子どもは保育園に預けています。「父親のいない子は・・・」と言われまいようにと、男の子ですので特に強く明るく育てたいと願っています。どんな点に注意したらよいのでしょうか。

Answer

父親の分まで子育てに意欲を燃やしているお母さんの健気さに敬服します。お子さんにはお母さんの思いが通ずるものと思います。母親の中にも父親的な面も備わっていますので十分しつけができますし、両親のいる子と同じように育てられますのでご安心ください。私の身近にも立派に子育てをしている人がいますよ。肩に力を入れないで楽しい子育てをしましょう。

母親として

常に母親は母親として子どもに接し、ありのままを受け入れて「ああ、そうだったの」「痛かったでしょう」等と子どもの言うことをそのまま受け入れて、共感して欲しいのです。お母さんに会って「ほっとする」と言うような家庭は安らぎのある温かい雰囲気になります。

母親も父親のように

成長するに従って、社会の規則や役割を教えていかなければいけません。その時は父親が必要になります。

母親としてきっぱりと「そんなことではだめ」と叱り、子どもにも、その意味に気づかせます。いつまでも叱り続けたり、怒り続けるのではなく、父親役は大事な時のみにしてください。かえって母親の温かさが伝わらなくなってしまう、怖い存在になってしまいます。「大好きなお母さん」と常に慕われる様になってください。父親の分も可愛がる心つもりではどうでしょうか。

愛された分だけ人を愛することができる

母親や周りの人に愛されていると、友達と仲良くなります。やる気も出てきます。お母さん、自信をもってお子さんを育ててください。一人で仕事も子育てもと張り詰めたり、問題が起きて一人で抱え込んで悩みがちです。信頼する両親に手助けしてもらったり、友達と話し合ったり、相談したりしながらリラックスしていきましょう。(栗田)

Question

赤ちゃんにどうやってかかわってよいか分かりません

初めての子どもで5ヶ月になりました。泣いてばかりいてどうしていいか分かりません。育てるのに不安がいっぱいです。

Answer

お母さんが不安で心配ばかりしていると赤ちゃんも不安でいっぱいです。お母さん自身が心にゆとりを持ち、すなおに赤ちゃんのことを「かわいい」「大好き」と感じ、「大丈夫よ」としっかりと受け止めて優しくかかわってあげることで赤ちゃんは安心します。

自分の身の回りのことができない赤ちゃんはお腹が空けば泣きます。お腹が空く時間になったら、優しく言葉をかけて、お乳やミルクを飲ませましょう。汗をかいたり、オムツが汚れると不愉快ですから泣きます。沐浴したり、オムツを交換すると機嫌よくなります。気持ちのいい場所で昼寝をさせるなど赤ちゃんの生理的な要求を満たしてあげることで赤ちゃんは安心します。



遊び相手をしましょう

赤ちゃんも5ヶ月ころになると「オーオー」「アーアー」と声を出して、かかわりを求め、遊び相手になって欲しい要求を出します。1対1のゆったりとしたかかわりが赤ちゃんの心を開放し、幸せな気分させ、情緒が安定します。

リズムカルな歌を歌いながら体を動かしてあげたり、ほほ笑みかけながら言葉をかけるなどリラックスさせてあげましょう。相手をしてあげることで気持ちも安定し、食欲も出て昼寝もしっかりできるようになります。

安心して子育て

産院で知り合った人や、近くの友達に相談したり、成長を確かめ合ったりするのもよいでしょう。保健所や、保育園、幼稚園の子育て支援機関を利用されるのもいいと思います。お母さん方と一緒に子どもとも触れ合うこともできて、情報が得られます。お母さん自身が安心して子育てすることが一番大切です。

赤ちゃんにとっては、お母さんが頼りです。自信をもってかかわってあげましょう。泣いているのはどうしてかな？と赤ちゃんに語りかけてみましょう。赤ちゃんはお母さんの優しい言葉かけに耳を傾け、落ち着いてくるでしょう。頑張ってみてください。(三城)

Question

子どもが眠っている間に出掛けて用事を済ませたいのですが

1歳の男の子の母親です。よく眠っているので子どもに気づかれないようにしてでかけたいと思います。そっと出ていくようにしていますが、すぐ目を覚まし泣き続けるので言い聞かせてから出かけた方がいいのか迷っています。

Answer

ほんの少しの間だけだと思っても、子どもにとっては一人であることはものすごく長い時間を感じられるものです。必ず一緒に連れて行ってください。どんなに急用や近くへ行くときでも子どもは肌身離さず連れて行き守ってあげてください。子どもだけ置いて行くことは虐待にもつながりかねません。眠っているからと想着いても、子どもは敏感に気配で感じますから絶対しないようにしましょう。

子どもはお母さんといつも一緒

1歳のお子さんはやっと歩き出した頃で、特に忙しい時に連れて歩くのは大変ですね。歩くのも遅いし抱っこするにも体重がかなり増えているのでお母さんの行動が思うようにいきませんね。母親になったために身軽に行動できないいらだちも分かりますが、子どもを最優先、生命の安全を第一と考えてください。子どもはお母さんと一緒が一番幸福なのです。大人の都合を優先するのは慎みましょう。

子どもの命を守るのは母親

年齢と共に子どもを連れて出掛ける方法は抱っこしたり、バギーや歩かせたりと変わって来ますね。手間がかかったり大人のペースで物事が進まなかったりして、イライラすることもあるでしょうが、赤ちゃんの留守番は絶対やめてください。

例え一人でなくても、兄弟と一緒に留守中に非常事態が起きたときの不安感や恐怖感は計り知れないものがあります。これは精神的虐待になります。子どもは肌身離さず育てるところに親子の情が通い情緒が安定するのです。

子どもは「親の責任」と言われる様に親が保護する責任があります。どんなに「この子は安心、大丈夫」と思っても子どもを護るのは親です。未来ある大事なお子さんを、親の一寸した油断や手抜きで取り返しのつかない事のないようにくれぐれもご注意ください。(栗田)

Question

毎日泥んこ遊びで洗濯が大変です

5歳の男の子です。幼稚園でも公園でも砂場遊びが大好きで、洋服に泥が染み込んでなかなかとれません。洗濯が大変なので泥んこ遊びをなんとかやめさせたいのですが。

Answer

砂場遊びが大好きなお子さん。とっても素晴らしいですね。でも泥んこの染みはなかなかとれないんですよ。砂場での遊びは幼児にとって多くの事を体験できる場所です。最近、幼稚園に入園するまで砂遊びをしたことがなく、汚れることをいやがって砂場に入ろうとせず、砂を触れない子どもが多くなっています。

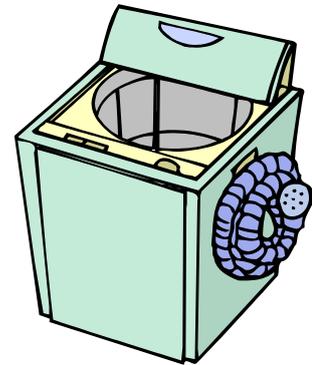
洋服の汚れは元気な証拠

3歳の頃は、同じ砂場の中で遊んでいてもそれぞれが勝手に楽しんでいます。大人が橋渡しをしてあげることによって他の子どもの存在に気づき、仲間として遊べるようになっていきます。

5歳になると一緒に遊ぶ楽しさを知り、コミュニケーションをとりながら想像力や創造力を働かせ、思いっきり砂場いっぱいいろいろな作るようになります。その中で、新しい発見や、アイデアが浮かんだりして、友達とトラブルを起こしたりすることもあります。このような経験をすることによってお互いに成長していくことになるのです。

夢中になって遊んでいるとどうしても洋服は汚れてしまいます。汚れることを予想して、遊び始める前に上着を脱いだり袖や裾をたくしあげたりして身支度をしましょう。それでも夢中になると汚れてしまいます。また、汚れることを気にしては思いっきり遊ぶことができません。

子どもは、一つの遊びに満足できると次の遊びに興味移っていきます。それまで洗濯は大変かと思いますが、“汚れは元気な証拠、遊びの勲章”との思いで、汚してもかまわない洋服を着せ、「たくさん汚していっちゃい」と送り出してほしいものです。



夢中になって遊べるのが大切

砂場にせよ、その他の遊びにせよ夢中になって遊べるのが大切です。夢中になって遊んだ後は満足感を感じ、次へのやる気につながります。遊びに満足した後は片付けもスムーズにでき、大人の話も落ち着いて、集中して聞くことができるようです。

一口メモ：汚れた箇所を、手洗い用石鹸で、もみ洗いをしたりブラシでこすったりしてから洗濯機に入れるとよく落ちます。(高橋)

Question

食事の時間にイライラしてしまいます

3歳の長女です。食事の途中でウロウロしたり、遊び始めたりしてなかなかすすみません。時間がかかりすぎるので、少ししか食べていなくても下げてしまった方がいいのでしょうか。

Answer

食事のマナーは、生活のすべての躰に通じます

できるだけ決まった時間に食事をし、お母さんと一緒に食べながらマナーを身につけるようにしたいものです。お母さんが、何かをしながら食事をしたりすれば子どもも落ち着かなくなってしまう。子どもの食事は、よくかんで食べることや、しゃべりながら食べるとこぼしてしまう事など、学びながらよい習慣となるようにいねいに教えてあげましょう。

子どものペースが遅いと感じるのは、お母さんが忙しさの中で感じる子どもの姿にズレがあるからではないでしょうか。イライラする気持ちも分かりますが子どもの様子をよく見てあげてください。

楽しい食事のひとときを

忙しい一日の生活の中で、ゆっくり食事をすることが難しいこともあるかと思いますが、家族で食卓を囲んでする食事の時間が“楽しいひととき”となるようにしたいものです。湯気や匂いを感じながら温かいものをおいしくいただいたり、盛り付け方を工夫したり、お弁当にしてピクニック気分にしたたりするのも楽しい方法だと思います。

また、子どもの成長に合わせて、親子で料理や食事の準備をしたり、手伝いをさせて食事への期待を持たせるなどして、会話をしながら楽しい雰囲気を作ってあげましょう。

少食でも焦らずに

少食だからといって無理に食べさせなくても子どもはおなかが空けば必ず食べるようになります。

気を付けたいのは、ぐずった時などに甘いお菓子を与えてしまうことです。特に少食の子どもの場合はなるべく間食をせず、どうしてもというときには食事を補えるものをと心掛けましょう。牛乳やジュースのように、満腹感を感じるものは避けるようにしたいですね。肝心な食事の時に食欲がなくなってしまう恐れがあるからです。

(高橋)

Question

皆の中に入って行けない子どもの様子が許せない

3歳の男の子ですが、最近幼児教室に通い始めました。嫌がらずに行くのですが他の子と違って見ているだけで皆と一緒にやろうとしません。教室の先生には、慣れれば皆と一緒にやるようになるから心配ないと言われたのですが、こんな消極的なわが子の様子を見ていると何故なのかと、許せない気持ちになってしまいます。

Answer

お子さんは、見た目には参加しているようには見えないかも知れませんが、皆のやっている様子を見ているということで参加をしているのだと思います。嫌がらずに教室に行っているのですから今の様子は第一段階だと思って見守ってあげましょう。

そのうち教室でやっていることをお家で再現し始めたりするかも知れません。そして、教室の先生の言うとおりに少しずつ皆の中にも入って行けることでしょう。どうしてわが子だけやらないんだらうと、お子さんを責める気持ちになることもあるでしょうが長い目でお子さんを見てあげましょう。

他の子と比較しないで、わが子らしさを見て

お子さんはすぐに行動するというタイプより、じっくり自分の中で物事を確かめて納得してから行動するタイプなのかも知れませんね。それは決して消極的とは言えないでしょう。わが子の個性を見極め、それを受け止めてあげることでマイナスと見える行動もプラスに作用するものです。きっとお子さんは皆の様子をじっと見ながら、いろいろなことを学んでいるのだと思います。



失敗を責めない接し方で自信がもてるように

お子さんの行動を見ていられず、つい手を出してしまったり、早く早くとせかしていることはないでしょうか。上手にできなかった時にそれ見たことかと、お母さんがやってしまうと、自分ではできないものと自信や意欲が持てなくなったりしがちです。

お母さんの関わり方が大切になってきます。お子さんの気持ちはどうなのか、よく分かってあげるとよいですね。お子さんが自分でやろうとした時がチャンスです。たとえうまくできなくてもやる気を認めてあげることが大切です。その上で一緒にやったり、手伝ってあげたりしながらも、自分でできたんだという達成感を感じられるようにしてあげたいですね。その繰り返しの中で自信を持って新しいことにチャレンジできるようになっていくものです。

できないことに目を向けるのではなく、やろうとしているわが子の成長に笑顔で喜びを伝えましょう。何よりも、お子さんにとってお母さんの笑顔が生きるパワーなのですから。(山崎)

Question

姑に気を使って子育てがうまく出来ない

5歳になる長男は風邪をひきやすくなかなか治りません。すると必ず姑が「また風邪をひかせて」と言います。薄着にさせたいと思うのですが、また風邪をひかせて姑に怒られるのはいやなのでつい厚着をさせてしまいます。その他、子育てに細かく指図します。姑の顔をうかがう生活が子どもに悪影響しないか心配です。

Answer

かわいい孫のためにおばあちゃんが色々なことを心配する気持ちも分かります。でも、子どものことを一番よく分かっているのはお母さんです。もっと子育てに自信を持つといいですね。おばあちゃんの気持ちを大切にしながら、お母さんの考えもおばあちゃんに理解してもらおう努力をしましょう。子どもにとってどうすることがいいのか、おばあちゃんと一緒に考え、一緒に育てるという気持ちを持ちたいですね。

厚着から薄着にさせるために

まずは風邪をひきやすい体を丈夫にしましょう。風邪をひかないように、食生活や睡眠入浴等、生活のリズムを見直し整えるようにしましょう。その際、おばあちゃんに相談したり報告したりして、努力をしていることを伝えます。

次に、子どもが丈夫になってきたり、体力がついてきたりしたら、元気にしている様子を具体的に話しながら、少しずつ薄着にしたい考えを伝えていきます。

それでも厚着になってしまったら、暑かったら上着を一枚脱げるよう調節しやすい服装を心掛けましょう。5歳ともなれば暑ければ自分で脱げるようにしたいものです。

活発に遊ぶ子どもは、厚着をいやがります。いくら厚着をさせたがっても子どもが拒否するようになるでしょう。

おばあちゃんとよりよい人間関係を！

おばあちゃんは、子育てや人生の大先輩です。考え方に違いはあってもお母さんがおばあちゃんを尊敬し、大切にする姿勢が大切です。お母さんとおばあちゃんのかかわりから子どもは、よりよい人間関係の基礎を学んでいきます。顔をうかがう生活と思わず、相手の気持ちに沿いながら、またある時はよき相談相手として甘えてみましょう。

核家族だけで誰も相談する相手がなく、子育てに不安を感じているお母さんが多くいる中、もっとおばあちゃん存在を子育てに活かしていこうという気持ちを持ちたいものです。(鈴木)

Question

子ども連れでもいいから遊びに行きたい

1歳の男の子がいます。共働きなので平日は仕事と家事で終わってしまいます。休日くらい子ども連れでもいいから遊びにいかないとストレスがたまって子どもにあたってしまいそうです。自分の都合で子どもを振り回しているようにも思いますが、遊びたいと思う私は、悪い母親なのでしょうか。

Answer

いつもお仕事、育児、家事と頑張っているんですね。休日は息抜きをしたいと言うあなたの気持ちよく分かります。でも、最近保育園や幼稚園では日曜日にお出掛けをして疲れているせいなのか、月曜日は子どもたちがイライラしていたりトラブルが多かったり、ボーとして遊びに入れないなどの子どもが増えています。

お出掛けをした後のお子さんの様子はどうか。帰ってきた日の夜、興奮して良く眠れなかったり、次の日に元気がなかったり不機嫌だったりすることはありませんか。

もしそんな事があるようでしたら、外出がお子さんにとって負担になっているのかもしれない。外出している時間や外出先の環境がお子さんの年齢にあったものかどうか考えてみましょう。



乳幼児期の生活リズムを大切に

乳幼児期は生活リズムを確立する時期だといわれています。決まった時間に食事、睡眠をとる生活を確立していくと、夜になれば眠くなり気持ち良く朝目覚めることができるのです。少々のストレスがあっても食欲や睡眠のリズムが崩れにくい大人になれるといわれています。

ですから、乳幼児期の生活リズムの確立は、その時期を快適に過ごすことで成長発達を促すだけでなく、お子さんの一生の財産を作っている大切な時期だと捉えたいですね。

賢いお出掛けで親子共に楽しい休日を過ごしましょう

3歳ぐらいまでは、生活する空間の近くの環境で自然に触れるとか、耳や目を通して心地よいものに出会うとか無理のない外出を心掛けたいものです。今日ぐらいはハードなスケジュールでもいいかなと、特例の繰り返しはお子さんのために避けたいですね。

お子さんが疲れて不機嫌になれば結局お母さんが大変になり、楽しいはずの休日が疲れとイライラや不満が残ってしまうことになりかねません。親子ともに笑顔で月曜日が迎えられよう余裕のあるお出掛けを工夫してください。そのことが結局楽しい日々を創り出していくのだと思います。(山崎)

Question

就学前に心掛けておくことはどんなことですか

就学を控えた 5 歳の男の子です。入学したら楽しく学校に行ってほしいと願っていますが、母親として心掛けることはどんなことがあるでしょうか。

Answer

学校生活ってどんなことをするのでしょうか？学校では 45 分授業が基本になっていますが、その 45 分間先生の話に集中できなくて、あくび、居眠り、教室を立ち歩く姿があるそうです。

その原因を探ると朝食を食べていないとか、睡眠不足があるそうです。また、排便の時間が決まっていない、身の回りの始末など基本的な生活習慣が身につけていない等です。今から少しずつ身につけたいものです。

生きるための健康な生活を大切に

- 朝ごはんをしっかりたべましょう
一日のエネルギーの源です。朝のご飯で脳の働きが活発になります。スナック菓子や清涼飲料水はさけて、しっかり朝食を食べるようにしたいですね。
- お子さんの排便は何時頃ですか
登園の前に排便をするのがいちばんいいのですが……学校で排便をしたくない我慢をして不快な思いをしたり、時間がかかりできない場合もあります。これがもとで学校が嫌いにならないようにしたいですね。詳しくは『うんちの自立をさせたいのですが』を参照してください。
- 勉強に集中できるように睡眠を十分にとりましょう
早く寝ると早く起きられます。寝る前に叱ったり、刺激のあるテレビ等はなるべく見ないようにして静かな雰囲気にして熟睡できるように心掛けましょう。昼間、体を動かしてよく遊ぶとよく眠れます。

身の回りのことはできていますか？

言われてするのではなく、自分でできるようにしましょう。お母さんが手を出していませんか。一つでもできるように心掛けてください。目を離さず、最後まで見届け、ほめてあげましょう。自信をもってできるようになります。

これらは、簡単のようでなかなか大変です。一つ一つやっていくことでできてきます。(栗田)

Question

息子は、私が嫌いなんです。
どう接していいか分かりません。

離婚してから、母親ひとりで育ててきました。4歳になる男の子です。もともと元気のよいやんちゃな子でしたが、最近私(母親)に対して拒否するような行動や言葉を使います。どう接したらいいか、分からなくなっていました。

Answer

遊んでいるところを見ているだけで、息子さんに「見てんじゃねーよ！あっちへ行けよ！」なんて言われたり、抱き着いてくるのではなく蹴られたりしたら、悲しくなってしまうよね。でも本気にしてはいけません。子どもはお母さんが大好きです。そして子どもはみんな愛されたがっています。“嫌われているのでは？”と退くのではなく、自信をもってお子さんに接してください。そして抱きしめてあげてください。

さみしさを我慢し続けた裏返しなのかも知れません。

離婚してからお母さん自身、きっと必死に頑張ってきたのではないのでしょうか？

お母さんのいろいろな心の葛藤や、育児・仕事・生活の切り盛りを一人でする大変さを、息子さんが幼いながらも精一杯受け止めてきたことが想像されます。元気でやんちゃな行動に隠された「お母さんに、思いっきり甘えられないさみしさ」を見落としてしまっていないでしたか？また、お母さんのストレスを家庭に持ち込んでいませんか？家庭の雰囲気かとげとげしていると、子どもは安定できず乱暴な行動をとってしまうことがよくあります。

お母さんの笑顔が子どもを変えていきます

仕事をもつ母親は、働いていることを言い訳にしない、イライラを幼い子どもに向けないと言った基本姿勢が必要です。ストレスを上手に解消できる方法を見つけ、子どもに向き合える限られた時間を温かくて安らぎのある時間となるよう工夫して行きましょう。

お母さんの笑顔が、自分に向けられているだけで子どもは安心するのです。そして素直に甘えてくるのです。自分の気持ちを受け止めてもらっていると実感できた時、乱暴な行為を諭すお母さんの言葉が素直にお子さんの心に入り、思いやりのある子どもへと成長していくのです。(金沢)



Question

“通園カバン”は誰が持つの？お母さん？子ども？

3 年保育で幼稚園に通い始めました。行き帰りに通園カバンを背負った我が子と手をつないで歩いていたら、他のお母さんに「どうして持ってあげないの。子どもがかわいくないの」と言われてしまいました。私が間違っているのでしょうか。

Answer

ご質問のお母さんは間違っていないと思います。何でもすべてやってあげることが可愛がっていることにはならないと思います。自信を持ってください。以前勤めていた幼稚園でこんな事がありました。3 歳児クラスも 3 学期に入った頃、いつもお母さんが子どもの通園カバンを持ち、子どもをおんぶをしたり抱っこをして登園してくる姿がありました。ある朝、子どもに「自分のものは自分で持とうよ」と声をかけたところ、お母さんが「お弁当が重くて持てないというものですから」と言うのです。

そこで、普段の様子から

(1)遠足の時にはカバンを上手に背負えなくて子ども自身が困っていたこと。

(2)毎日の積み重ねでできるようになること。

(3)一人でできるという自信をもたせてあげることが大事である。

などとお母さんに話したところ、翌日から子どもが自分で通園カバンを持ち、歩いて登園するようになりました。その結果、子どもは、今まで「できない、できない」と言っていたこともやろうとしたり、積極的に遊ぶようになったりと変わってきたのです。

自分のものは自分で

3 歳頃は、視野も広がって“自分でやりたい”との思いが強くなる時期です。このような時に、お母さんが通園カバンを持ってあげると子どものやる気を奪ってしまうことに成りかねません。子どもが“自分のカバン”と言う気持ちをもって、行動することを大切にしてほしいと思います。その上で、「○○ちゃんの大切な○○だからきちんとここに片付けようね」と一緒に片付けることによって一人で自分のものを片付けられるようにもなります。

お母さんの意識が子どもに影響

子どもが一人一人違うように、お母さんたちの考え方、子育てに対する価値観もそれぞれ違います。しかし、そのお母さんの子育てに対する意識が、子どもの成長に大きく影響していきます。親子で楽しい思い出を創りながら、今、何が大切かをチェックしていきたいですね。(高橋)

Question

何でも子どもの言うとおりにした方がいいのですか

もうすぐ3歳になる男の子です。最近自分の思いどおりにならないと大きな声で泣きわめき、なかなかおさまりません。セミナー等で「すべて受け入れなさい」と言われますが、何でも子供の言うとおりにした方がいいのですか。

Answer

ちょうど自我が芽生えてくるころですね。視野が少しずつ広がって、自分でやってみたい、〇〇をしてほしい、〇〇が欲しいと欲求が出てきます。この時に、ダメダメだけの連続だと子どもの“やろう”とする芽を摘んでしまうことになってしまいかねません。一つ一つ「そう〇〇をしたいのね」と思いを受け入れてあげるとはとても大切なことだと思います。

セミナー等で「すべて受け入れなさい」ということは、子どもの“思い”を受け入れてあげること、全てを言うとおりにやってあげることではないと思います。

いつも思いどおりにはならないこともある

自分の思いどおりにならなくて泣くことは、この時期の子どもにとってごく普通のことです。

お母さんは、お子さんがどんな時に泣くのか、何にこだわって泣くのかしっかり見てあげましょう。その上で、「そう△△ちゃんは〇〇をしたいのね」と思いを受け入れてあげ、してあげられないこと、どうしてもだめなことを子どもに分かる言葉で伝えていきましょう。

危険なこと、他人に迷惑がかかることまでを、全て子どもの言うままにしていたら、“何でも自分の思いどおりになる”我がママが育ってしまいます。子どもの要求が命の危険や、怪我につながることもあるでしょう。家族や他の人に迷惑がかかることもあるでしょう。お母さんの都合でかなえてあげられないこともあるでしょう。

我慢すべきところは我慢をさせ、なぜいけないのかを抱っこしながらゆっくり話してあげましょう。後でかなえてあげられるならば、約束をして必ず守ってあげるようにしましょう。自分の思いを受け止めてくれる人がいて、達成感を味わうことができることの積み重ねでやろうとする意欲や、興味がさらに大きくなっていきます。

また、この時期に“いい”にかかわってあげ、“やってもよいこと”“やってはいけないこと”を教えることが大事です。(高橋)



Question

母親と離れない3歳の女の子です

そろそろ、フルタイムで働きたいのですが、子どもがべたべたして離れたがりません。保育園に入れてもいいのでしょうか？途中で行かなくなったり、泣いてしまわないか心配です。

Answer

『子育てと仕事の両立』——子育て支援が充実してきたこの頃でもなかなか難しい問題ですね。仕事もしたいし、子育てにも専念したいし、どちらも手を抜く事はできませんね。気持ちの上で誰でも一度は悩むところです。それにお子さんは、親離れしていない様で悩んでいられる様ですね。3歳になるとそろそろ友達と遊べるようになりますが、親と離れるのを不安がるのは当然のことです。親子の信頼関係をしっかり築いた上で、保育園の保育士さんとの信頼関係を深めていきましょう。

親子のスキンシップの充実を



何と言っても子どもは母親に愛情を求めます。充分可愛がられていると思うと安心して友達の中に入っていけるものです。

例えば、散歩しながらお話ししたり、花びらを拾ったり、買い物に出掛けたり、分からないことや不思議なことに答えてあげたり、スキンシップを重ねて親子の愛情を深めていきましょう。母親への愛着と信頼感情が増し、子どもが安心して友達に近づいていくようになるでしょう。

また、休日などは父親に協力してもらい戸外に出て遊んだり、体を使った遊びを多くして親子の触れ合いを楽しみましょう。入園してからは触れ合う時間がますます少なくなるので密度の濃い充実した過ごし方を心掛けたいものです。

保育園生活を楽しく

保育園の生活に早く慣れるように家庭でもメリハリのあるリズム正しい生活を心掛けましょう。何事にも前向きに考えて、お子さんの緊張感や、不安感を和らげてあげるのも、お母さんのゆとりある笑顔です。お子さんをしっかりと抱き締めてあげ明日の活力になるように親子で頑張ってもらいたいと思います。(栗田)

Question

ついたたいてしまいます

2歳7ヶ月の男の子と1歳の女の子がいますが、下の子に手を取られると、長男がいうことを聞かなくなり、ついたたいてしまいます。たたくこともしつけの一つと考えてよいですか。

Answer

下に子どもが生まれて手がかかり大変ですね。長男に対して何でもかんでもたたいて物事を知らせるのはやり過ぎだと思います。子どもは、母親が何でもやって見せることによって、“自分もやってみよう”と真似するようになります。褒められると得意になってやるようになります。そして、あたりまえになっていくのです。このようにひとつひとつ時間をかけてくりかえし続けていくうちに身につけていくのです。

2・3歳のころは何でも「イヤ」の連発

子どもは2歳を過ぎ3歳近くなると、今まで素直に聞いていたことも、自分でできるという気持ちを持ち、自分の欲求や感情を強く主張するようになります。「自分はこういうことをしたいんだ」「自分はお母さんと違うことをやりたいんだ」という自己主張の表れで、お母さんの言うことを聞かないという場合が多いのです。自分には、独自の欲求や意志や感情があることに、気づき始めている証拠なのです。

やりたい気持ちを大切に

親の言うことを何でも聞いてくれれば親は楽ですが、初めから「言うことをききなさい！」と頭から押さえるのではなく、「そうなの〇〇ちゃんはそうしたいのね。でもお母さんは、こうしてほしいんだけど。こうしてくれるとお母さんは嬉しいな」などと、気持ちを伝えるようなかわり方で、接していきたいと思います。「まったく」と嘆く前に、自己主張できるようになったのだと、子どもの成長を喜びたいと思います。その成長をまず受け入れ、やりたい気持ちを大切にしたいかかわりをしたいと思います。

しつけは時間をかけて

子どものしつけで、生命にかかわるような場合などは、たたいてでも教えなければならぬと思います。親の真剣な態度は、幼い子どもでも敏感に感じ取っていくと思います。親の責任として、「世の中にはしていいことと、いけないことがある」ということを時間をかけて教えていきたいと思います。また、子どもが良いことをした時は、たくさん褒めてあげるなど、良いところを見つけてあげようとする姿勢も大切だと思います。子どもの個性を尊重し、伸ばしてあげるようにしましょう。(田中)

Question

わが子の反応が気になります

おとなしくて育てるのにあまり手がかからなかった 1 歳の女の子ですが、保育園に預けてみて感じたことですが、入園当初から、母親の後を追って泣くこともほとんど無く、夕方迎えに行ったときも自分から手を差し出して抱っこを求めてくるような事がありません。他の子に比べると、泣いたり、にこにこすることが少ないので気になります。

Answer

満 1 歳になって保育園に預けたときに後追いをして泣かなかったとか、迎えに行ったときに手を広げて抱いてほしいといった要求を示さないと言うことですが、お母さんはお子さんのことをおとなしくて手のかからない事で、そのまま寝かしておいたり、お子さんが抱っこしてほしいと言って泣いたときにタイミングよく抱いてあげられなかったりしたことはありませんか？ 今までのお子さんとのかかわりはどうだったのかと振り返るいい機会になりましたね。

赤ちゃんからのサインを見逃さずに

赤ちゃんは自分がしてほしいことは泣いて周りの大人に訴えるしか手段がありません。(オムツを取り替えてほしい、ミルクを飲みたい、抱っこしてほしい、遊んでほしい etc) 赤ちゃんは近くにいる母親に、泣き声で気付いてもらい、自分のいやなこと



を取り除いてほしいと思っているのです。また、心地よいことをしてもらえると、安心します。そうしてお母さんと、気持ちを交わしていきながら喜怒哀楽の表現ができるようになっていきます。赤ちゃんが泣いて欲求が満たされないとそのうちに要求をしなくなってしまう場合があります。特に、おとなしい性格のお子さんは、諦めも早いかも知れませんね。

お母さんの肌のぬくもりが心を育てる

今まであまり手をかけずに育ててきてしまったかな？寝かせっぱなしが多かったかしら？と、思い起こすようでしたら、今日からしっかりとお子さんの目を見てお話ししてあげましょう。また、無関心で反応を示さないような時でも、お母さんから赤ちゃんを抱き締めたりくすぐったりと、スキンシップを多くしていきましょう。きっと、ニコニコとした笑顔が返って来ることでしょう。また、1 歳半の健康診断の時に、小児科医や保健婦に心配なことを相談してみるのもよいでしょう。(梶原)

Question

夫にもっと育児に協力してもらいたいのですが

長男が生まれてもう 2 年になりますが、夫は、親らしく子どもと遊ぶことがありません。日曜日、テレビを見たり自分のしたい事をしています。ついイライラして夫にあれこれ言い過ぎてしまうことがあります。

Answer

母親は、赤ちゃんを 10 ヶ月もお腹に入れているということから母親になることを学んでいるのだと思いますが、子どもが生まれたその日から、父親になるわけですからお父さんらしくするには時間がかかるのです。

自分の父親を思い浮かべてみたり、どのように付き合ってくれたのか思い出したりして考えてみましょう。

遊んでくれるだけのお父さんでなくても

子どもとお風呂に入ってもらったり、「パパの背中大きいね」と言いながらおんぶしてもらったりしながら育児に参加してもらいましょう。感謝の言葉を交わしながら父親としての自覚を促していきましょう。間違っても他のお父さんと比較した言い方は謹みましょう。

お父さんの育児参加は

あれもしてもらいたい、これもしてもらいたいという気持ちだけでは、日頃仕事で疲れているお父さんの育児参加は難しいと思います。

「お父さん、今日はこんなかわいいこと言ったのよ」「こんなかわいいしぐさをしたのよ」等々、日常の出来事を具体的に伝えて、何よりも愛情をもって育てて行く気持ちをもってもらいましょう。

お父さんが、子どもと過ごす時間が楽しくなるように、お母さんの工夫とアイデアを活かしましょう。子どもがカタコトで「パパ、あちよぼ」と言ったりすると、お父さんの顔もほころんでしまうでしょう。育児は楽しい！と思う瞬間です。子どもの変化をお互いに喜び合い、確かめ合いながら育てていっていただきたいと思います。

(小倉)



Question

ほかの子とつい比べてしまいます

長男 3 歳、次男 2 歳男の子の母です。子どもを連れて公園に行けば、どうしても同じくらいの子に目がいてしまいます。性格や行動など、ほかの子どもと比べてしまい「なんでうちの子は」とイライラしてしまいます。

Answer

親が、我が子と他の子を比較してしまうのは仕方のないこと

「這えば立て、立てば歩めの親心」と我が子の成長を願うのは親の常です。ただ、子どもの発達というのは本当に個人差が大きくて幅が広いのです。

我が子の個性を大切に

子どもは、一人一人に個性があり、成長・発達も違えば性格も異なります。

A さんは「ある講演会を聞いて、私は四角四面な見方をして、ほかの子どもと自分の子どもを比較し、いつも優劣の評価をしていたのではないか？」「その子らしい輝きを認めずに欠点ばかり指摘していた嫌な母親だったんだと猛反省しました。うちの子は世界に一つしかない、かけがいのない個性をもっているんだ！と胸が熱くなりました」と言っております。子どもそれぞれの発達や性格を「個性」と捉える大人の側の余裕がほしいですね。

心配ならば専門家に相談を

首の“座り”ひとつにしても、3～4 カ月で座る子もいれば 6 カ月近くまでかかる子もいます。でも、ちょっと心配ならば、小児科の先生に相談したらいいと思います。そのためには、かかりつけの小児科を見つけておくことも必要です。病気のことに限らず、何でも相談できることは大きなポイントだと思います。

わが家流の見方をもつ

B さんは、「我が子たちは、のんびり屋なのか、私の怒りに慣れっこになってしまったのか、行動に移すのが非常に遅く、私も神経質なせいか年中イライラしたり。そういう我が身にまたイライラしてしまう毎日です」といいます。それでも「今はもう 5 歳で幼稚園に入園して大分変わり、落ち着いてきました」といいますから、やはり焦らずに、子どもは 2・3 歳頃になると運動的な発達と共に精神的な面、心(情緒)の発達が著しくなっていきます。

これは個人差だけでなく、生活環境にも大きく影響されます。我が家のかけがえのない子ども達をほかの子どもと比べたりしても全く意味がありません。(樋口)

Question

娘を可愛いと思えないのですが

先日保育園の先生から3歳の娘の爪かみの事で問われました。娘の甘えを受け入れてあげて欲しいと言われましたが、娘は一人で遊ぶのが好きで甘えてこないのです。子育てよりも仕事をしている方が気が楽ですし、娘を正直いって可愛いと思ったことがあまりないのです。

Answer

お子さんにとってママが一番働きながらの子育てで忙しくされているお母さんにとってお子さんとのかかわりは大変ですね。でもお子さんはどんな時もお母さんを求めています。その表現の仕方が分からないだけなのです。ママが子育てを苦手と思っているように、お子さんも「ママ！」とどのように甘えていいのかわからないのでしょう。きっと日頃かかわっている保育士さんが爪かみをきっかけにお子さんの気持ち代弁してくれたのかも知れません。お子さんにとってママが一番なのですから。

触れて、語りかけて、可愛がってこそ育つ子育ての喜び

お子さんは日頃から一人遊びが好きそうですね。できればお休みの日など一緒に同じことをやってみるのもいいかも知れません。「こんなふうで遊んでるの?」とか「こうやるの?」とか聞いて見るのもよいでしょう。又、一人で見ている絵本をお子さんをひざにのせて読んでみるのもひとつです。短い時間を工夫して一日一回“苦手”と決めずかかわる時を作ってみませんか?きっと意外なことで笑ったり怒ったりしている自分にきっと気づくことがあるでしょう。そんな繰り返しがとても大切。お子さんは甘えたくてもママの忙しさに無意識に我慢していたかも知れませんね。きっと一緒に笑ったり、時には我がままをしたりと自分を出せるようになり、笑顔を取り戻せるようになるでしょうお母さんも笑顔で子育ての喜びを味わえるといいですね。

パパや周囲に応援を

女性が仕事をしながら子育てをする場合、ご主人や祖父母、親しい友人等の存在や支援が何より必要です。困った時、すぐに相談できる身近な人の存在は、ストレスを発散したり、子育ての負担を軽くしたり等、他人の子育てを見てかかわりを学ぶ機会にもなります。人と人の触れ合いの中で子どもは育ちます。未来に希望あるお子さんのために積極的に触れ合うことをおすすめします。(鈴木)

Question

子どもがなつきません

6歳と3歳の男の子で2人とも幼稚園に通っています。上の子が母親になつかずポツンとしています。初めての子で「いい子」にしようと厳しくしつけました。どうしてもなつきません。

Answer

初めての子育てに一生懸命でしたね。「いい子」と願う親の気持ちは分かります。子どもは、母親の接し方によってどのようにでも育てられるものです。また、子どもは母親の温かい愛情に寄り添って健全に育つものです。子どもの目や、子どもの気持ちになって接し育て直してみましょう。

親子のスキンシップを

まず、お風呂に一緒に入ってみましょう。洗いながらお話ししたり、お湯で遊んだりして楽しみ、子どもがお風呂から上がる時には湯上がリタオルを大きく広げて、ギュッと抱き締めてあげましょう。お母さんの背中におんぶをしたり、「お風呂に一緒に入れてよかった」「お母さんは嬉しい」「あなたと一緒にいることが楽しい」ということを言葉や行動で表現し、お子さんに伝えることが大切です。絵本を読むときには膝にのせて触れ合うことを楽しみましょう。子どもは母親との触れ合いの心地よさを味わって甘えを覚えます。ストレスが癒されて元気が出てきて、一日一日が楽しくなり自然に母親を慕うようになります。

言葉のキャッチボールを

子どもが話したら例え片言であっても必ず「なーに」と応じてあげましょう。「○○してほしいの？」など言葉に含まれている意味を、何を言いたいのか、子どもの気持ちを理解し受け止めてあげましょう。子どもの気持ちになって何をしてほしいのか子どもの望みをかなえてあげるようにしていくと満足して親子の気持ちが触れ合うようになります。「何でも聞いてくれるお母さん」「何でも話せるお母さん」と心より慕われ、親子の信頼が深まります。親子の信頼関係ができると子どもにやる気もでてたくましく育っていくでしょう。(栗田)

Question

子どものために時間を決めてかかわっています

6歳の長男の保育園の先生から「お子さんともっとゆったりかかわってあげてください」と言われました。長男のために、毎週サッカーに連れて行ったり、土曜日は出かけるようにして時間を作りかかわっているのにどうしてでしょう。

Answer

保育園の先生はお子さんの様子で気になる事があるので知らせてくれたのでしょう。どんなことか具体的に伺うこともよいでしょうが、ゆったりとかかわることを見直すチャンスとしてとらえてみてはどうでしょうか。

子どもとかかわるといっても、いろいろなかかわり方があると思います。一緒にいるから、かかわりをもっているということではなく、お子さんがお母さんの愛情を眼差しや言葉がけとなって注がれていると感じることが大切だと思います。お母さんの気持ちが優先して「子どもの為にこれだけしてあげているのよ」と思って、子どもの気持ちや行動を、じっくり見たり、感じたりするゆとりを見失っていないでしょうか。

お母さんと過ごしながら学んでいます

忙しいお母さんにとって、子どもの相手をするための時間を決めて、かかわるようにしていることは大変努力のいることです。しかし、一緒にいる時はいいのですが、「はいこまで」と時間で区切られてしまうと、「もっと遊びたい」という子どもの思いが断たれて欲求不満になってしまうことも考えられます。そのようなことが度重なると、保育園生活の中で気になる行動になって現れたりすることもあるのです。お母さんは、いつも一緒に過ごす人です。



お母さんの仕草や話し方を通して、人間としての生き方を学んでいるのですから、お母さんの温かくて優しい心をお子さんに伝えていけるよう工夫してみましよう。

自立するまでに大切なことを身に付けます

小学校入学を控え、子どもにとっても親にとっても、不安や心配な事がふえる時期でもありますね。もう6歳なのにと嘆くのではなく、生まれたばかりの愛らしい頃と同じように「大きくなったね」という思いを込めてギュッと抱きしめてあげてください。また、一緒にお風呂に入ったり、添い寝をしたり、今だからこそできるスキンシップをしてたっぷり密接なかかわりを大切にしてみてください。

やがて、子どもの心も落ち着き自分のことができ、自立するようになるでしょう。
(山田)

Question

私は虐待ママではないかしら？

小学3年、2歳6ヶ月、7ヶ月の3人の男の子の母親です。次男が三男の足を引きずったり、馬乗りになったりするのを見てカーツとなって次男を何回もぶったり、強く払いのけたり、投げ飛ばしたりしてしまいます。私は虐待ママでしょうか。

Answer

子育てに追われていると、感情的にカーツとなって手が出てしまい、後で「何故たたいてしまったのだろう」と後悔してしまいがちです。

何回もぶったり、投げ飛ばしたりすることが「虐待ではないか」と気が付いたお母さん。カーツとなった時にはまず2人を離し、お母さんも深呼吸をして、どうして叱ったのか、何がいけなかったのかを話してあげましょう。2歳児でもゆっくり話して聞かせてあげれば分かります。

次男の訴えをわかってあげて

7ヶ月の赤ちゃんがいて一時も目を離せない時、2歳の男の子が「イヤー」「だつて・・・」の反抗期の真っ只中。ついカッときて怒ってしまうのもよくわかります。

今まで自分を大切にしてくれていたママが後から生まれた弟にとられたという気持ちになり、欲求不満が爆発するのでしょうか。こんな時はまず「〇〇ちゃんは赤ちゃんと同じように抱っこしてもらいたかったんだね」と子どもの行動を言葉にしてあげることです。ママも感情的にならずに、ゆっくり話ができるようになるでしょう。

また、長男も次男も三男もみんな大切な宝物だと思っていることを、言葉や態度で一人一人に語りかけることが大切だと思います。ママが自分のことを愛しているとかわかれれば、三男に乱暴をすることもなくなるでしょう。

一人で辛いことを背負わないで

忙しい時や悩んでいる時は、一人で悩みや問題を抱え込まず、夫や自分の父母など身近な人にありのままを素直に話してみましょ。慰めてもらったり、助けてもらったりする事は、恥ずかしいことではありません。

※お父さんをお願い

お母さん一人での子育てやプレッシャーは大変なものです。時には、ママの苦勞を優しくねぎらい、子どもと遊んだり、お風呂に入ったり、一緒に過ごす時間を増やして、ママを楽にしてあげてください。(窪)