

「そだちとこころの教室」(神戸生田教室) です



No. 2
2020. 5

幼稚園からのお手紙に入っていた折り紙やぬりえ、どうでしたか？

カレー作りもいいですね。あやとりや折り紙、子供の頃を思い出して「お母さん、こんなのも知ってるよ」と、親子で楽しめる時間になったでしょうか。

Q：子供とどうかかわればいいのか？



A： 一緒にできることを見つけてみましょう。ずっと一緒に、べったりでなくてもよいと思います。絵本やテレビを見る、玩具で遊ぶ、折り紙やぬりえをする、おやつを食べたり、食事をしたり、親子でおしゃべりしながら一緒に過ごす、笑顔で過ごせる時間を作るということ。お母さんが毎日している家事のお手伝いも楽しい時間にすることができます。

Q：子供と何をすればいいのでしょうか

A：遊んでやらなければいけない、何かさせようと気負わずに、子供が興味や関心を示していることを一緒にしてみましょう。食事の用意、洗濯、掃除等、お母さんがしていることに誘ってみるのもいいですね。子供にとってうれしい時間です。「手伝って」と声をかけてみる、エプロンをつけるとその気になるでしょう。でも、子供にさせると二度手間になり、お母さんの仕事を増やすことになる。イライラして怒るなら誘わない方がいいと思ってしまうでしょう。上手にできなくて当然です。全部させようと思わずに、ちょっと用事を頼むくらいに考えてはどうでしょうか。繰り返すことで上手になってきますよ。そして、最後は必ず「手伝ってくれて、ありがとう」「助かったよ」の笑顔と言葉を忘れずに。お手伝いのさせ方の続きは次回にしようと思います。

Q：「遊んでよー！」

「～しようよー！」

「ねえねえ！おかあさん！」



A：子供がやってきても、今は手が離せないこともあります。「もう！今は無理！」「あとで！」「一人でしなさい！」ではなく、「～がすんだらね」「～したらできるから待っててね」と目安を伝えるとよいと思います。後でするという約束は守ってくださいね。

A： 子供のしたいこと、したい遊びに付き合う時間は大切です。「遊ぼう！」と言われても、子供はどうしてほしいのか、何の遊びをしているのかわからないこともあります。どう付き合えばよいかかわからない時は、子供のしていることを見て、子供の話に耳を傾け、「うん、うん」とうなずいてやり、にっこりしてやると子供はうれしいのです。その場においてもらうこともうれしい。子供のしていることを真似したり、同じように繰り返したりすることも、子供に付き合う遊び方の一つの方法です。

『お母さん、頑張ってるね！』

無理をせず、肩の力を抜いて、お母さんも、ほっとできる時間を見つけましょう。のんびり、ゆったり、ぼちぼちといきましょう。

にっこり笑顔!! 笑顔!!



< 横谷・岩本 >

