

完璧な母親でなくていい。失敗するお母さんを見て、子どもはありのままの自分を受け入れられるようになる。

子どもの中では、お母さんは万能な存在。
お母さんも時には失敗することを見て、子どもの中で、お母さんが等身大に戻る。
子ども自身も、等身大の自分を認めることができるようになる。
等身大のお母さんが、子どもにとって理想的なモデル。

孤独にならないで！ 井戸端会議が育児不安を解消する。

育児不安は、お母さんの自分の存在自体に対する不安。
自分の周囲の人と、お互いに守り、守られて生きているという気持ちがあれば、存在への不安は小さくなる。お互いに大切にし、大切にされる相互関係が大切。
井戸端会議で、自らのより良い精神衛生を。
親御さんの豊かな人間関係が、子どもをも孤独から守る。

土台作りをしっかりと。乳幼児期は、人間の基礎をつくる大事な時期。

人生を建築工事に例えると、

- 乳幼児期 …… 基礎工事（目に留まりにくいけど、一度事があった時建物を守るのには、手抜かりのない基礎工事。）
- 小・中学校 …… 柱、床
- 高等学校 …… 外装工事、屋根の瓦
- 大学、大学院、留学 …… 内装工事あるいはカーペットや家具（後からいくらでも変えられる。しかし人の目に留まりやすい。）

建物なら取り壊して建て直すこともできるが、人間の場合は、そうはいかない。
やり直しが難しい。だから、乳幼児期に手をかけて！

乳幼児期にしておくことは、「人を信頼することができるように育てる」こと

人を信頼できるということが、豊かな人間関係をつくるための基本。

それが一番よく育つのが、乳幼児期。

どうしたら、人を信頼できるように育てられるか？

○子どもの周囲にいる人が、子どもに安心感を与えることによって。

自分のいる場所を安心して信頼することができるように。

○子どもの望んだことを満たしてあげることによって。

但し、「もの」では子どもの心を満たせない。

心や体や時間で、子どもの要求に直接応えてあげる。

親が子どもの望んでいることを本当に受け止め、それを満たしてあげ、子どもがやりたいことを助けてあげることが大切。

子どもの言葉や行動の裏にある気持ちを読み取る大切さ。

表面的なことで安易に叱らない。

(例) 保育園のお帰りの時、おんぶをねだった子。

子どもは、要求が満たされると、それ以上要求をエスカレートさせてこない。

自分が本当に愛され、大切にされていることが実感できると、人を信頼し、自分を信じていける子になる。

乳幼児期の依存体験が足りないと、成熟できない若者になり易い。乳児の時に不足があったら、幼児期の前半に、あるいは後半であろうと、それなりの補いを早くしてあげれば、児童期、思春期に、不足による問題や障害を、それだけ残さないで済む。一度はどこかで、誰かに全面的に受容されることを経験することが必要。

子どもの希望や要求を拒否したり、無視したりしていることが多いのではないか。

かえって、子どもが望んでいないことをやらせすぎていないか。

過剰干渉は、子どもの自立心をなくし、自主性をなくしてしまう。

子どもと共に、今の時を楽しもう！

児童精神科医 佐々木正美氏の著書『子どもへのまなざし』（福音館書店）と、
金城学院大学教授 吉野要氏の発達心理学・精神保健の講習を参考にしました。