

# 楽習<sup>がくしゅう</sup>コラム

内田伸子先生からの  
子育て応援メッセージ

お話をお聞きしたのは

内田伸子先生

十文字女子大学理事。同大学特任教授、お茶の水女子大学名誉教授。発達心理学、認知心理学、保育学を専門とする。著書に「子育てに「もう遅い」はありません」(富士房インターナショナル)など多数。



## 「赤ちゃんとお母さん」編

子どもにとって、親はかけがえのないものです。特別なことをしなくても、

子どもと一緒に笑い、泣き、考え、

行動するという時間を共有するだけで、

子どもはぐんぐん成長していきます。

子育てとは、とても自然なものなのです。

(内田伸子先生著書『子育てに「もう遅い」はありません』より)

「たのしく・あそぶ・まなぶ・そだつ」前号では「楽習」について内田先生に語っていただきました。

今号では「楽習」の土台ともいえる、赤ちゃんとお母さんの

大切な関わり合いについて、

内田先生に教えていただきます。

### 赤ちゃんは

### 泣くのも「運動」

理由もないのに赤ちゃんが泣きやまないのはよくあることです。赤ちゃんにとっては泣くのも運動です。

このとき大切なのは、「もう何で泣いているの？ 静かにして！」と声を荒らげないこと。親のイライラが赤ちゃんに伝わると、ますます泣いてしまいます。泣いているときに叱りつけるのはまったく逆効果なのです。

赤ちゃんは不安で泣いていることが多いのです。「よしよし、いい子ね」と優しい言葉がけが何より一番です。

### 赤ちゃんは

### 「顔」が大好き

赤ちゃんにミルクを飲ませるときは、抱っこするのが基本です。母乳だけではなく、哺乳瓶で飲ませるときも同じ。抱っこして赤ちゃんの目を見つめながら飲ませてあげると、赤ちゃんは安心します。

生まれたばかりの赤ちゃんは、目から30センチぐらいのところが一番はつきりと見えています。ちよつと抱っこしたお母さんの顔が見える距離ですね。周りはボーンとぼやけて見えていても、お母さんの顔は見えているのです。

ただし、最初からハッキリと

見えているわけではなく、生まれて2週間ぐらいまでは白黒のモノトーンで、お母さんの目の場所や髪の毛の生え際をぼんやりと見分けている程度です。

やがて、2か月を過ぎると視力も出て、周りのもののはつきりと見えるようになってきます。毎日見つめているお母さんの顔を覚え、他の人と区別できるようになっていくのです。

### おっぱいのリズムは

### 「会話のリズム」

実は、おっぱいをあげるときにお母さんと赤ちゃんは「会話」をしています。赤ちゃんがおっぱいを吸い、休むとそれに応えるようにお母さんが声をかける。この繰り返しこそ、赤ちゃんとお母さんで作る「会話のリズム」なのです。

おもしろいことに、のんびりしたお母さんと赤ちゃんの組は、ゆつたりとした動作、せつちなお母さんと赤ちゃんの組は、テンポよく交替が繰り返されます。

このリズムは、赤ちゃんが話せるようになったときに自然と受け継がれていきます。

### ごきげんなときこそ たくさん話しかけて

日本のお母さんとアメリカのお母さんにはおもしろい違いがあります。

日本のお母さんは、赤ちゃんが眠っているときに、おぶったり腕に抱いたり着替えをさせたり、よく働きかけますが、アメリカのお母さんは赤ちゃんが眠っているときは、さっさと別の部屋へ行き家事をしています。

実は赤ちゃんが眠っている間におむつ替えや着替えをすると眠りが浅く途切れがちになり、目覚めたときにむずかることが多くなります。眠っているときは何もしないほうがいいのです。

また、アメリカのお母さんは、「今日はいい天気ね」などと、自分の言葉をわかるかのように赤ちゃんのそばにくるたびに話しかけます。赤ちゃんのきげんがいいときに話しかけるので、赤ちゃんもそれに呼応するようにきげんな声を出します。

日本のお母さんはその反対で、赤ちゃんがむずかっているときに、「どっしたの？」ときかんに声をかけてあやします。そのためか、日本の赤ちゃんはむずかり声が多いようです。そしてとてもおとなしいのです。

ですから、きげんなときにたくさん声をかけてあげてください。そうすれば、つきっきりでそばにいないでも、お母さんの声が聞こえるだけで赤ちゃんは安心するようになります。

そして、赤ちゃんが眠っているときは自分の好きなことに時間を使えば、お母さんもリフレッシュできると思います。

## 話せる前は、「アイコンタクト」で以心伝心

不思議なことに、生まれて30分しか経ってない赤ちゃんを腕に抱き、顔を見つめながらゆっくり舌を出すと、赤ちゃんも同じように舌を出します。

赤ちゃんには、反射的に相手と同じ行動をとる力が生まれつき体にそなわっているようです。ですので、舌を出したり、口

を大きく開けたり、いろいろな表情をしてみてください。赤ちゃんはまねっこをしてくれますので、見ていて大変微笑ましく、飽きることがありません。

コミュニケーションとは、話しかけるだけではなく、こうした表情のやりとりから生まれるものです。

生まれて3か月を過ぎると、お互い見つめ合うようになりまします。このとき「アーアー」「マーマー」など声を出してお母さんの注意を引きつけようとするので、「なあに?」「ママだよ」など話しかけてあげると赤ちゃんも安心するでしょう。

6か月過ぎにはお母さんの目の動きを追いかけて、一緒に同じものを見ようとします。赤ちゃんもお母さんに注意をうながし、「あれを見て」というそぶりを見せます。赤ちゃんはお母さんとコミュニケーションをとりたくて、うずうずしているのです。

10か月ころになると、赤ちゃんはお母さんに「あれなに?」というように問い合わせるような表情をします。そんなときお母さんは「大丈夫、○○よ」と答えてあげてください。

## 言葉の間違いは訂正しないで

言葉の発達に大切なのは、周りの大人がおおらかに受け止めて共感し、返事をしてあげることです。

子どもが「ワンワン」といったなら、「大きいワンワンだね」と子どもが何を言いたいのかわくんで、言葉を添えてあげるようにしましょう。そうすれば、子どもは次に犬を見たときにも何かを話そうとします。

「ワンワンじゃないでしょ、犬でしょ」と覚えさせようとするお母さんもいます。せっかく話せるようになったのに、訂正ばかりされていたら、子どもも話す気になくなってしまおうでしょう。子どもとゆっくりお話しして、お母さんと「話したい」という気持ち育てれば、言葉はいつのまにか覚えてしまうものです。楽しい会話を交わすことは、一番の言葉の練習なのです。

子育てで何よりも大切なのは、「待つ」ことです。急がず慌てず、子どもの育ちを待ってあげられることが大事ではないかと思えます。

次号予告 「子どもの遊びと脳の育ち」についてです。どうぞお楽しみに。