

「がくしゅう」 楽習「コラム」

内田伸子先生からの
子育て応援メッセージ

「使ってみよう！ わたしメッセージ」編

100人いれば100通りの育て方があり、
100タイプの子どもが育ちます。
ほかの子どもとはまったく違うから、
自分の子どもは愛しいと思えるのです。
どうかまわりに流されず、目の前の自分のお子さんを
しっかりと見守ってあげてください。

(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」「楽習」
本コラムでは、一年間にわたり、子どもの発達の姿を
いろいろな観点から内田先生に語っていただきました。
さまざまな情報が入り乱れている昨今、
いま一度育児の原点に立ち戻り、子育ての迷いを
解きほぐすヒントを見つけていただければ幸いです。

子育ては

「がんばりすぎない」

最近では、働き盛りのお父さんが不在であったり、育児を助けてくれる親戚も近くにいない、近隣の人々とのつながりも希薄など、母子だけでマンションに取り残され、お母さんが育児に孤軍奮闘することも珍しくありません。

母親の9割強が「育児をつらく思うことがある」、8割弱が「子どもをかわいく思えないことがある」といわれています。

育児をつらく思い、子どもをかわいく思えない理由としては、次のようなことが指摘できると思われます。

- ① 子どもが思い通りにならない
 - ② 子どもの世話により心身が疲労する
 - ③ 育児に追われて時間や行動に自由がない
 - ④ 夫が育児に協力しない
 - ⑤ 情報が氾濫し、どのような子育てをすればいいのかわからない
- この冊子を手に行っている方の中にも、「私もそう思っている」と共感する方もいるのではないのでしょうか。

最近では自治体や民間の事業者による子育て支援サービスもあります。育児の経験者やヘルパーを派遣して、育児の相談や家事の手伝いをしてくれます。また、



お話を聞きしたのは

内田伸子先生

十文字学園理事・十文字学園女子大学特任教授、筑波大学客員教授、お茶の水女子大学名誉教授、学術博士。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』（富山房インターナショナル）など多数。

「しつけ」は親の 価値観を伝えること

小さい頃にきちんとしつけをしておかなかつたら、大きくなつてからわがままになる。あるいは、逆に厳しくしつけると、幼児虐待と言われるのではないかと……。

最近、子どものしつけについて、親があまりにも神経質になりすぎているのではないかと感じます。おそらく、「しつけ＝厳しく叱ること」というイメージがあるのでしよう。

私は、しつけとは「親の思いや価値観を伝える営み」だと思っています。「親が何を大切にしているのか」を子どもに伝えるのがしつけであり、厳しく叱ることが目的ではありません。親は子どもが生まれたときから、子どもに「見られている」とも言えるのです。

「しつけ」という言葉は、裁縫で使う「仕付け糸」から来ているという説があります。

仕付け糸は着物が縫い上がるのと外され、不要になります。しつけも、いずれ子どもが自分自身で考え、判断して、自ら行動できるようになる日に備え、親が援助し、やがてその援助の手を少しずつ減らしていくということなのではないでしょうか。

そう考えると、しつけは赤ちゃんが生まれたときから始まります。「おっぱいね、ごちそう、おいしい？」と言葉をかけるのもしつけのひとつ。いつか子どもが自分で食べられるようになるまで、お母さんが言葉をかけながらサポートするからです。

特別に何かをするのではなく、要所所で親の思いを伝えれば、子どもはいつか自分の力で歩き出します。そのためのサポートが「しつけ」なのだとは思っています。

「わたしメッセージ」で考える子どもに

「厳しく叱るのがいけないのなら、子どもがいたずらしたとき、どうしたらいいの？」と疑問に思う人もいるかもしれません。

私は決して、子どものなすがままを受け入れ、放任せよと言って

このように自分の感情を率直に伝えるのです。「やめなさい」「ダメ」と親が裁判官になって善悪を判断してしまうと、子どもは従うしかなく、やがて自分の頭で考えられない指示待ち族になってしまいます。「わたしメッセージ」で伝えると、子どもは「じゃあ、やめようかな」「でも、僕はやりたいもん」と選択する余地があります。自分で判断し、行動する力が養われるのです。

「わたしメッセージ」は喜びを伝えるときにも有効です。

「ごみをお片づけしてくれてありがとう。ママうれしいわ」

「ママが買い物をしている間、待っていてくれたから助かったわ」「ひとりでできたんだね、パパもうれしいよ」

子どもが約束を守れたときや、何かを達成したときには、「わたしメッセージ」で感謝や承認の言葉を伝えてあげましょう。認められるという経験は、子どもに達成感や自信をもたらすことになります。子どもは自分が大切に思う人に、見てほしい、認められたい、といった思っているものです。何げないひと言に励まされ、「こんどはもつとがんばろう」「がまんしよう」と、子どもなりに考えるでしょう。

「わたしメッセージ」は子どもに次の行動の種を与えるようなもの

いるわけではありません。体罰めきのしつけをするには、それなりの準備が必要です。

子どもの危険を避けることは、第一に考えなくてはなりません。子どもが動き回るようになったら、危険なものは前もって片づけておいてください。少々部屋を汚されたとしても、大したことはありません。いずれ子どもが大きくなつたときに壁紙などは取り替えればすむ話なのでから。

また、生活していく中での約束もきちんと子どもの頭の中に入れてほしいと思います。どうしてもこれだけと思うことは、繰り返し、言葉で、また行動で示してあげましょう。

「ここは、みんなでご飯食べるところだから、上っではいやよ」「ごみはちゃんと片づけようね」など、機会あるごとに手を抜かず、気を抜かず、必ず言葉で丁寧にしてあげてほしいと思います。日頃からこうした習慣が身についていれば、叱ったり、たたいたりしなくてすむのです。

そして、もし子どもがいたずらをしたときや友だちに意地悪をしてしまったときは、「わたしメッセージ」を使いましょう。

「ママはそんなことをしたら悲しいな」「パパはそんなことはいやだな」

です。子どもは自分でその種をまき、芽を出し、やがて花を咲かせるでしょう。

自然体で、子育てを楽しもう！

すでにお子さんがいる親御さんの中には、「うちの子は育て方が悪かった」「もう一度子育てをやり直したい」と思う方もいるかもしれません。

しかしながら、子育てに「もう遅い」はありませんし、正解もありません。愛情を注いでくれる人がそばにいて、一緒に笑い、泣き、考え、行動してくれるだけで、何歳であつても子どもは自らの力でぐんぐん成長していけるのです。

子どもは親の鏡。だからといって、すこしも、肩に力を入れる必要はないのです。子育ては自分自身を育てることもあります。やがていつかお子さんはあなたのもとから自立していきます。一緒に過ごせる今の時期、お子さんと過ごせる喜びを味わいながら、ひとりの人として、自然体で子育てを楽しんでほしいと思います。

【次号予告】次号からは、子育てにまつわるさまざまな悩みなどをテーマに、内田先生からお話をいただく予定です。ご期待ください。