

2023年 4月 子育てワンポイント

テーマ 「子どもとの関わり方がわからない」

大好きな我が子とはいえ、言うことを聞いてくれず、叱ることが多くなり、子育てを不安に感じることはありませんか？

子育てをしていると必ずといっていい程ぶつかる壁。子どもとの関わり方に悩みや不安を抱えている人は意外と多いのです。我が子のことは何でもわかっている。と思いがちですが、親子間でもきょうだい間でもそれぞれ個性を持っています。性格や価値観もバラバラなので合う部分も合わない部分も出てきます。

では、どのようなことに気をつけながら関わっていくと良いでしょう・・・。

《ひとりの人間として見つめる》

子どもとはいえ、子どもも自分の考えや意見を持っています。
時に大人にとって理不尽に思える主張をすることもあるでしょう。言動の理由がわからない時は、少し俯瞰して見るとヒントが見つかるかもしれません。
余裕があるときは、少しの時間をとり心の声をきいてあげるとよいでしょう。



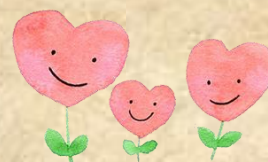
《同じ目線に立って対話する》

子どもが話を聞いて欲しそうな時は、一旦手を止め、子どもと同じ目線に立って話をする時間を作りましょう。手を握ったりスキンシップを取りながら対話するのもおすすめです。成長と共にスキンシップが難しくなりますが対話はずっと続けられます。「いざとなった時は親が話を聞いてくれる。」と思ってもらえることが大切です。そして、自己肯定感の向上にも繋がります。



《子どもの意見に寄り添う》

子どもの意見によりそうことで子どもの自尊心を高めることができます。自分の思ったことや感じたことを相手が寄り添って聞いてくれると安心感があるのは子どもも同じです。



子どもをひとりの人間として見つめ、しっかりと話を聞く

というのが鍵となります。子どもの心の声に耳を傾け、子どもの存在をありのまま、丸ごと認めてあげ“あなたの存在が大切”というメッセージを伝えて下さい。親子で心にゆとりをもち、無理をせずによりよい関係を育んでいきましょう。