



ムダな『甘やかし』と必要な『甘え&フォロー』

子どもの「甘え」を受け止めることは大切です。しかし「甘やかす」と自立の妨げになります。「甘え」「甘やかし」区別は非常に難しいですが、帆足暁子はこう述べています。

近年、「子どもの気持ちを受け止めてあげたいから、子どものいうことはなんでも聞いてあげる」という親御さんが増えている印象があります。確かに自己肯定感を高めるためには子どもの気持ちを受け止めることは大切です。しかし、いうことを無条件に何でも聞いていると「甘やかし」になってしまいます。

《甘やかし》で親子関係逆転

幼少期の親子関係は、ある程度、親が主導権を握っているものです。でも「甘やかし」が続いていた親子関係の場合、子どもは親を自分のいうことを何度も聞く「召使い」のように捉え、子どもが主導権を握ることになります。「甘やかし」は「親子関係の逆転」につながるのです。こうなると親はいつも子どもに気を使いながら行動せねばなりません。

また、親に何でもやってもらっていると、子どもは、「自分でやる」体験が不足してします。人は自分自身で体験したことから学び、自信を育てていくもの。「自分でやる」体験が不足すると自信が持てず、いつも不安を抱えた人になってしまいます。

子どもが自信を持って、豊かな人生を送れるように、親として適切な関わりをしていきましょう。

「甘え」と「甘やかし」はどう違う？

子どもの気持ちを受け止めること＝「甘え」と「甘やかし」は、どう区別すればいいのでしょうか。「判断する上での主体が誰か」ということと、「子どもが何を求めているのか」に注目してみましょう。



	甘え	甘やかし
判断の主体	<p>子ども</p> <p>子どもが「甘えたい」ときは、何が不安な気持ちやストレスを抱えていて、安心感を求めているとき。その気持ちを満たすことが大切。</p>	<p>親</p> <p>泣かれると面倒、時間がないからなど、判断基準が「親の都合」に。また、「これは、子どもの育ちにおいてどうか」など親の基準がない。</p>
子どもが求めていること	<p>「気持ちを受けとめてほしい」</p> <p>行為ではなくただ「気持ちを受けとめてもらうこと」を求めている。この場合、主張した行為をやらしてもらわなくても、気持ちを受けとめて安心させてもらえば、子どもは落ち着く</p>	<p>「親を自分に都合よく動かしたい」</p> <p>「なにかやってもらいたい」「自分の主張を通したい」など、親が自分の思い通りに動く行為を求めている。この場合、気持ちを受け止めようとしても、「違う！」などと拒否する。</p>

2021年1月号から自己肯定感をテーマに【すこやか】を発行してきました。今月号で、シリーズとしてお伝えするのは最後。我が子の自己肯定感を高めるために読み始めた啓発本。末広認定こども園に通う子どもたちも自己肯定感の高い子たちに育ててほしいと思って掲載してきましたが、自分へ言い聞かせるような保健だよりになりました。今後も一緒に自己肯定感を高い子どもたちを育てていけたらいいなと思っています。

母子健康手帳、定期的に見直してみませんか？

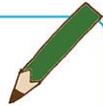
母子健康手帳は、お母さんの妊娠から出産、そして、お子さんの出生から小学校入学（6歳）までの健康を記録するもの。引っ越ししたり、転院したりしても、お母さんとお子さんの健康を切れ目なくサポートするための大切な記録です。



チェック!

身体発達曲線に育ちを記録していますか？

身体発達曲線（成長曲線）には、子どもの身長と体重の育ちの目安がのっています。ここに、お子さんの身長と体重の測定値を記入し、線で結んでみましょう。成長曲線の目安と、お子さんの測定値のグラフが平行に伸びていけば、順調に成長していることがわかります。

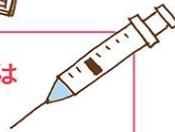


チェック!

予防接種、受けそびれはないですか？

3歳以降は予防接種の数が減るため、つい忘れがちですが、日本脳炎やMR、流行性耳下腺炎（おたふく風邪）などの追加接種があります。せっかく最初の接種を受けても、追加接種を受けないと免疫が十分につきません。追加接種を受けそびれないよう気をつけて。

また、二種混合や子宮頸がんワクチン（HPVワクチン）など、小学校以降に受ける予防接種も記録できる母子健康手帳もあります。就学後もときどきチェックしましょう。



中学生や高校生になったとき、成長を振り返る記録に！

母子健康手帳を使うのは主に6歳までですが、それ以降も大切に保管しておきましょう。大きくなってから、本人が成長を振り返るときにも母子健康手帳は便利です。

チェック!

保管場所を決めていますか？

母子健康手帳は、小学生になると使う機会が少なくなりますが、お子さんにとっては大切な「健康の履歴書」。将来、留学や仕事などで予防接種の接種歴を見るなど、必要な場面があります。家族で置き場所を決め、大切に保管しておきましょう。

