

Dr.ひろみの



ハッピー子育て

か る た

ひろみ

みなさん、こんにちは！ 最近、私がはまっているのは絵本です。絵本なんて子どものものですよって思いますよね。でも思春期の子どもや親自身にもぴったり。辛い時には気持ちに寄り添い、悩んだ時には背中を押してくれます。本と違ってすぐ読めるし、素敵なイラストも相まってここに沁みます。童話館出版の「こんな日だってあるさ」や「しりたがりやのこぶたくん」の中の『ひとりでいたい』はおとなに読んでほしい絵本です。寝る前のひと時、絵本と良質な時間を過ごしてみませんか。



☆読み手☆

鈴木 裕美（すずき ひろみ）
香川大学医学部 小児科専門医

44

必要な時だけ
頼んだ時だけ
てを差し伸べてほしい



43

みてほしい
きいてほしい
わかってほしい
私の気持ち



今月のかるた解説



自分のことを見てほしい、話を聞いてほしい、気持ちをわかってほしい、そして困っていたら手を差し伸べてほしい。これらの希望を満たしてもらえる子どもは、人に関心を持ててもらえる、話せばわかってもらえる、求めれば助けてもらえる、自分にはそうしてもらえる価値があると感じて安定します。希望が満たされないと「どうせ話してもわかってもらえない、誰も自分に関心がないし、助けてもくれない」とネガティブになります。他人とのかかわりにポジティブなイメージがもてないと、人と親密な関係も築けないので仲間もできませんし、孤立してしまいます。大事な土台ですね。

子どもは成長につれて親からの手助けが必要なくなってきました。自分でやりたい、自分で決めたいという思いと、まだ十分うまくできない、時に失敗してしまうという現実。でも子どもの気持ちを無視して手や口を出すと自立のさまたげになるし、親子喧嘩の元ですよね。どこまで手や口を出したらいいのか。私は「いつでも言ってね」と伝えつつ「頼まれたときだけ、聞かれたときだけ」にすると子どもに選択権が渡り、自立が促されると思います。また親子関係もよくなりますので一石二鳥ですね。