

スキンシップは誰のため？（乳幼児期）



こんなことはありませんか・・・？

2歳のりおちゃんは、言葉の数は増えてきましたが、まだ、自分の思いを伝えられません。おかあさんの「抱っこ」が大好きで、一日に何度も「抱っこー！」とせがみます。でも、りおちゃんの体は大きくなり、抱っこすると、ずっしりと重みを感じるようになってきました。

最近おかあさんが困っていることは、買い物で重い荷物を持っているときや、大事な電話をしているときに、「抱っこ」をせがまれることです。スキンシップは大切だと思っていますが、こんなとき、どうしていいか分かりません。



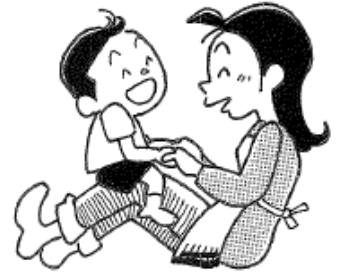
ワーク1

みなさんも、無理なときに「抱っこ」を求めてくるわが子への対応を出し合ってみましょう。



ワーク2

みなさんは、お子さんとどのようなスキンシップの時間をとっていますか。日頃、実践していることを交流しましょう。



◇他の方の意見をメモしましょう！



いいね！



いいね！

- 資料のスキンシップに取り組んでいる保護者の感想を読みましょう。図書館で本を借りて「絵本の読み聞かせ」もいいですね。

今日からぜひやってみてくださいね。お疲れ様でした。



子どもの要求に丁寧に応えてやることは、親の大切な役目じゃよ。子どもが話しかけてきたときには、スマホの画面を見ていたとしても、顔をあげ、子どもの目を見て話を聞いてあげてな。「スマホよりもあなたが大事」というメッセージが伝わるもんじゃ。

でも、すぐにはできない時もあるわなあ。そんな時はなぜできないのか、いつできるのかなどを説明してやると、結構子どもって理解するもんなんじゃよ。

資料編

◇「ハグ」や「よさみつけ」でスキンシップに取り組んでいる園の声を紹介します。

《主な取組の流れ》

- ① 講演会で「今できない子どもとの時間の大切さ」を聞き、「よさみつけ」や「ハグ」の意義を知る。
- ② 取組カードを配布し、毎日、子どものよいところを話し、ハグをすることができたらシールを貼る。
- ③ 取組後、保護者から子どもへのメッセージを書き、園に提出する。
- ④ メッセージを園で掲示する。

垂井町立表佐保育園・幼稚園

「ハグ週間」

「講演会型」＋「在宅取組型」 2週間の取組

〈感想〉

- ・「ぎゅってしよう」と〇〇から毎日言ってくれるのがうれしかったよ。
- ・毎日、仕事に行く前に、必ずハグとハイタッチをしてくれます。お見送りもベランダでしてくれてありがとう。仕事がんばろうって気持ちになれるよ。
- ・ハグをすることで、親と子の間に安らぎやリラックス効果があったように感じました。何気ないスキンシップを意識することで、今しかない大切な時間を過ごしているのだと気づくことができました。ハグは、親子の成長に欠かせないものだと思います。



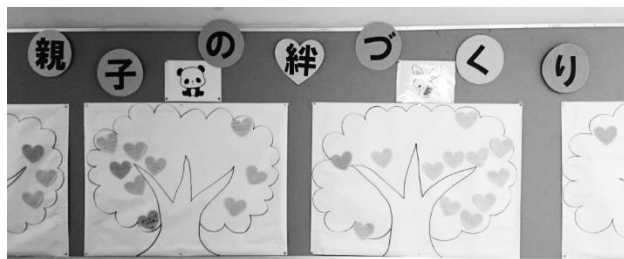
垂井町立宮代保育園・幼稚園

「親子の絆づくり」

「講演会型」＋「在宅取組型」 5日間の取組

〈感想〉

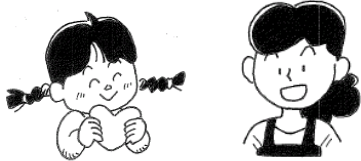
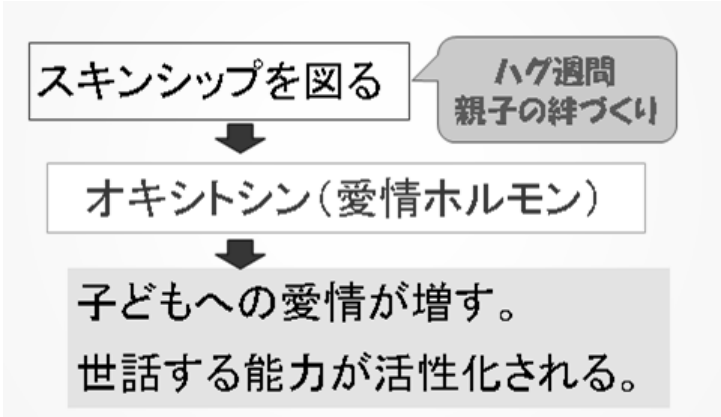
- ・たくさん笑って、元気に歌って、もりもりご飯を食べる姿がとってもステキ☆毎日、家族みんなを幸せな気持ちにしてくれてありがとう。
- ・お洗濯のお手伝い、とってもたすかったし、うれしかったよ！ありがとう♡
毎日のハグもお母さんのパワーになるよ！



「ハグ」や「よさみつけ」に取り組むことによって、親子はお互いのことをよく見るようになります。親は子どものよいところや成長したところを見つけることができますし、子どもは親が見守ってくれている、愛してくれているという安心感をもつことができます。そして、親子のきずなを強くします。

◇スキンシップは、なぜ大事なの？

お母さんは、スキンシップをすることで、
子どもがかわいく思えます。



満足感・安心感は子どもとの愛着を形成します。
愛着は、人と人との信頼関係の基礎となります。

子どもは、スキンシップをすることで
愛されているという安心感をもちます。

私は
愛されている



自己肯定感

私は
存在して
いいんだ

子どもは、愛されている安心感をもつと、いろいろなことにチャレンジするエネルギーと勇気がわいてきます。そして、チャレンジしたことができたとき、「うれしい」「またやりたい」と心から思います。それが、自信になり、自己肯定感になっていきます。

「抱っこ」のあたたかい思い出は、次世代の子育てへ受け継がれていく大切な時間です。0～5歳の頃は、スキンシップで自己肯定感を育てましょう。

0歳児

抱っこは親子の最高の対話
—スキンシップが子どもの心を育てる—

0歳児にとっては、何もかもが初めての体験なので、この時期にお母さん、お父さんが抱っこして安心させてあげることが、健やかな成長の力になります。たくさん抱っこされながらおっぱいを飲ませてもらったり、お母さん、お父さんから語りかけられたり、微笑みかけられることで、赤ちゃんは愛されることの喜びを感じ、人との信頼関係を築いていきます。

なぜ赤ちゃんが泣いているのか分からない時、まず抱っこをしてみませんか。すると、「おなかすいている」「遊んでほしい」といった赤ちゃんの気持ちが伝わってきます。このように、抱っこすることによって赤ちゃんの気持ちに耳を傾け、赤ちゃんの立場になって受けとめてあげることができるのです。

ただ、抱っこする人が悲しかったり、イライラしたりしている時は、抱くことによって赤ちゃんの心が不安定になってしまいます。そんな時は、赤ちゃんの顔をやさしく見つめ、落ち着いてから抱っこしてあげると、お互いの安心につながります。

抱っこは、赤ちゃんが気持ちを訴え、それをお母さん、お父さんが受け入れ、お互いの気持ちが伝わり安心する、とても大切なコミュニケーションのひとつです。

1歳児

抱っこで愛情の補給
—子どもの気持ちを受けとめて—

子どもの自我が芽生えてくると、興味の幅も広がっていき、少しずつ自分の力で外の世界へ歩き出そうとする時期に入ります。今までお母さん、お父さんにべったりだった我が子が、自分から離れて楽しく遊んでいる姿に、少し淋しさを感じるかもしれません。

子どもは自分でやりたい気持ちはありますが、いきなりひとりではできませんし、不安もたくさん感じています。そんな時、抱っこして欲しいと子どものほうからお母さん、お父さんのところに来ることもあります。お母さん、お父さんの変わらない愛情を確認し、また安心して冒険を続けていくことができるのです。

あまり赤ちゃん扱いをして、何でもお母さん、お父さんがやってあげると意欲の部分が育ちませんし、反対に「早く自立してほしい」と突き放してしまうと、子どもは不安でいっぱいになり、かえって自立できません。振り返った時にお母さん、お父さんがいてくれる——子どもは戻れるところがあると、安心して新しいことにチャレンジしていけます。

お母さん、お父さんに助けを求めてきたら、抱っこで「愛情」をたっぷり補給することで、子どもの安心感につながります。1歳児は、愛情確認のための抱っこが必要な時期です。



出典：「心をはぐくむ」—乳幼児期に大切にしたいこと—
(公益財団法人 ソニー教育財団)

上記の掲載冊子は、<http://www.sony-ef.or.jp/>からダウンロードできます。また、「問い合わせフォーム」からご相談されると、必要数を送っていただけるそうです。



自己肯定感自立へのエネルギーになるんじゃよ。その先に待つ困難に立ち向かう時にも、土台になる大切な感情なんじゃ。親子のスキンシップで、その大事な感情が育つような時間をもってやると、安心感の中で心が育っていくんじゃよ。言葉の喋れない小さなうちからしっかりと育ててやるのがよいのう。

何か大事な事を伝えるときや叱るときなども、手をにぎったりひざに乗ったりして、ゆっくりわかりやすく言うと、子どもは安心してよく理解できるんじゃよ。

しかし、つつい大大声で叱ってしまう事もあるわいなあ。その後には手を握ってやるだけでも安心感につながるんじゃよ。

◇スキンシップの一つの方法として、「絵本の読み聞かせ」 はいかがですか？

岐阜県図書館があなたを助けてくれますよ！



その1 本選びに困ったら？

- ・「25さいをすぎた絵本」のリストが参考になります。
「初めて出版されてから25年以上経っていても今も子どもたちが読んでいる」という一つの基準で選書されたものです。
- ・「子どもの本の相談窓口」(第1カウンター児童窓口)でお気軽にご相談ください。
- ・「児童図書研究室」では、子どもの絵本を選ぶときに参考になる本を置いています。
(1階 第1カウンター近く)
- ・「あかちゃんえほんコーナー」では、0歳から3歳のお子さんが楽しめる絵本を集めています。

岐阜県図書館 検索

◇利用案内 → 課題解決サポート → 子育て支援
「25さいをすぎた絵本」のほか、子育てに役立つ
情報があります。

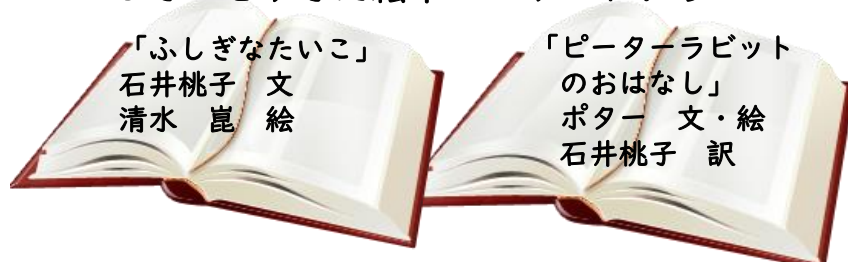


【児童図書研究室】



【あかちゃんえほんコーナー】

<25さいをすぎた絵本>のリストから



その2 どんなふうに進めばいいの？

- ・「おはなし会」に行ってみてください！本選びや読み方のヒントがつかめます！
- ◇乳幼児(0歳～)向け : 毎月第2木曜日 午前11時～11時30分
- ◇幼児～小学校低学年向け : 毎月第1、3日曜日 午前11時～11時30分
- ◇小学生 : 毎月第2土曜日 午後2時～2時30分
- ◇えいごなどのおはなし会 : 偶数月第3日曜日 午後2時～2時30分
- ◇ことばあそびとおはなし会 : 毎月第1土曜日 午後2時～3時
- ◇ストーリーテリング : 不定期
- ・「お父さんお母さんのための読み聞かせ講座」では、絵本の紹介や選び方のポイント、読み方について教えてもらえます。(年1回4月開催)
岐阜県図書館 〒500-8368 岐阜市宇佐4-2-1 電話 058-275-5111
- ※お近くの公立図書館でも、読み聞かせの会が行われています。お問い合わせのうえ、ぜひお出かけください！