



Q 早期教育は子供にプラスですか。

A 就学前に大切なのは、自由な遊びです。

脳科学ブームもあって、早くから習い事をさせたほうがいいのかと、あせる親御さんも少なくありません。まれにうまくいった子供もいますから。

子供が嫌がったり、無表情などの異変があったら、親が気づいてやめればいいのですが、無理強いすると友達とうまくかわれなくなったり、親を怨んだりするようなことにもなりかねません。

● **子供は遊びが仕事**

一方的に詰め込まれると、子供の自発性が損なわれる恐れがあります。一見、無力に見える赤ちゃんでも、自分の手や口で自分を確かめ、目や耳で他者とかかわろうとする能動性をもっているのです。就学前はお勉強より、自分の好

接にかかわっています。たとえばハイハイすることで、中脳が発達します。人の成長には発達段階がありますから、早くからお勉強しても、自由に遊んできた子の方が準備段階に達すると、先に伸びていくということが起こりません。

大人の遊びは息抜きですが、子供にとって「遊び」は、全人的な発達に欠かせないものです。自由に遊ぶことで、心身が発達し、将来の伸びしろが広がります。

Q 下の子が生まれてよけいに甘えん坊に。自立できないのではと心配です。

A 十分に甘えさせたら、自立していきます。

子供が何人かいれば、それぞれ親への要求の程度には差があります。それが満たされれば、自分から離れていくものです。親にくっついてくるときは、くっつかせ、離れていけば、離れさせればいいのです。この場合は、下の子が生まれ

て、「赤ちゃん返り」もあるのでしょう。お母さんは赤ちゃんの世話が中心になるので、「もうお兄ちゃん（お姉ちゃん）なのだから」と、突き放すと、よけにくっついてきますよね。「自立させなきゃ」と思うと、子供は親に置いていかれると感じて離

れなくなり、親はイライラして悪循環に陥ります。

● **開き直ることも必要**

こういうときは、いい意味で開き直りましょう。私はこの子と遊ぶために生きています。と。家事が滞ったり、部屋が片付かなかつたりしても、生きることに支障はありません。開き直って子供に向き合おうと、拍子抜けするくらい、あっさり離れていくこともあります。

Q 保育園に子供を預けるのですが、どんなことに配慮したらいいですか。

A 睡眠時間を確保し、短い時間でも濃密にかかりましょう。

職場を後にしたら、モードを切り替えましょう。あるお姑さんはお嫁さんに、帰宅したらシャワーを浴びるよう勧めるそうです。そのことで、仕事のβ波から穏やかなα波に切り替えやすくなります。

働いているお母さんの子供

赤ちゃんが泣いても、上の子を優先させた方がいいときもあります。上の子とお出掛けしてお母さんを独占させてあげるといいでしょう。「自立させなくて」と考えすぎないことです。問題なのはむしろ親の方が子供にくっつき過ぎて、身動きできなくなることです。子供に頼られるのがうれしくて、先回りし過ぎると子供は自立できません。いつかくる「引き際」を心得ておくことです。

は、睡眠時間が短くなりがちです。そうすると、子供でもいら立ちやけんかが増えます。睡眠は成長に不可欠ですから、まず就寝時刻を決め、そこからさかのぼって帰宅時刻までの時間を、子供中心に回すようにします。就寝1時間前にはテレビを

● **ワンポイント・アドバイス**

幼児期は自分でやりたがるようになりますが、「勝手にしなさい」と突っぱねないで。丁寧にかかわりを深めましょう。

消し、寝る前は叱らないようにし、絵本の読み聞かせなどで眠り付く環境を整えましょう。

お母さんもくたびれないように一緒に休み、早朝に家事をするなど工夫するとよいでしょう。働く理由は大人が選択したことです。から、「お母さんは疲れているの」などと、子供に当たるような言葉を投げかけるのはひかえます。「短い時間でも子供が喜んでくれた」と思えたら、お母さんも幸せを感じられますね。お母さんの眼差しが心に焼き付いているから、子供は保育園でがんばれるのです。

