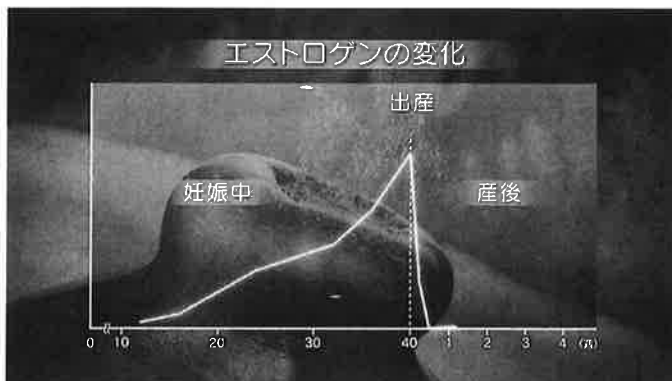


「親子への関わり方や子どもの発達について」

○現代の母親が置かれている現状

ある調査によれば、「子育てで孤立を感じる」というニッポンの母親は7割。また、出産を機に“うつ”を発症する「産後うつ」は、一般的なうつの5倍以上。(子育て家庭の8割が核家族)



なぜ産後のママたちは、孤独や不安を感じやすいのか。実は、科学的な理由があることがわかってきました。鍵を握るのは、女性ホルモンのひとつ「エストロゲン」です。胎児を育む働きを持つエストロゲンは、妊娠から出産にかけて分泌量が増えますが、出産を境に急減します。すると母親の脳では神経細胞の働き方が変化し、不安や孤独を感じやすくなるのです。なぜそんな一見

迷惑な仕組みが体に備わっているのか？ その根本原因とも考えられているのが、人類が進化の過程で確立した、「みんなで協力して子育てする」＝「共同養育」という独自の子育てスタイルです。人間の母親たちは、今なお本能的に「仲間と共同養育したい」という欲求を感じながら、核家族化が進む現代環境でそれがかなわない。その大きな溝が、いわゆる“ママ友”とつながりたい欲求や、育児中の強い不安・孤独感を生み出していると考えられています。

- ・人類がしてきた子育て(アフリカ・カメルーンの部族)
 - 他人の母乳を飲む赤ちゃん、免疫効果も？(乳母)
- ・アフリカのことわざ「一人の子どもを育てるためには、村中の人が必要である」
- ・学力が高くて有名なフィンランドを始めとした北欧諸国でも「子育ては村の一大事業」
 - (子育ては、本来村や社会でやっていた)→子育て支援の必要性(保育園やこども園)

- * マタニティーブルー
- * 産後うつ(一般的なうつの5倍以上！)
- * 育児ノイローゼ
- * 虐待(こんなことをしたくて子どもを産む親はいない！)
 - 親自身の問題なのではなく、子育て環境の変化

○ 現代の親たちにも良い所がいっぱい！

○ 昔の子育ての見習いたいところ(もちろん、見習いたくないところもありました)

民俗学者の柳田国男によれば、昔の日本人(明治以前)は、子どもを叱る代わりに

「だからそうなるんだよ」とみんなで笑ってやった。

・なまはげ

・わらしべ長者

・三年寝太郎

* 子育てで最も大切なことは、上手く褒めたり叱ったりすることよりも、その子の自己肯定感を伸ばしてやること。民俗学者の柳田国男によれば、昔の日本人は、子どもを叱る代わりに「だからそうなるんだよ」とみんなで笑ってやったそうです。ことわざや昔話を使って言い聞かせたりもしていたようです。秋田の“なまはげ”も「泣ぐ子はいねがー」という荒々しい声を発しながら怠け者や子どもを探して暴れまわりますが、昔の人は、神様(なまはげ)まで上手にを使って、子育てをしていたようです。もちろん、強く叱ることもあったと思いますが、それでも出来るだけ子どものプライドを尊重しながら育てていく方法を知っていたのでしょう。追い詰められるようにしつけをしたり、親のエゴを押しつけるよりも、思い悩みながらしつけをするくらいの方が、しつけの根本を押さえられるのでは？と思います。

しつけは、親だけでやると考えるよりも子どもの回りにいる人たちが、それぞれの立場からそれぞれの言葉や態度で関わり、時には、ことわざや昔話、神様までも動員して？やった方が子どもたちの心にも届くのではないのでしょうか。

○ 現代の子どもの姿

* サイレントベビー

* 世界一の遅寝？

* オママゴトの変化

* 遊びの輪が小さくなってきた

* ルールを守れない子

・ルールって教え込むものなの？(頭では分かっているが、感情が付いてこない子たち)

→鬼ごっこやかくれんぼが出来ない子

* 体力が落ちた

* コミュニケーション能力が落ちた

→親の育て方の問題ではなく、社会構造の変化(インターネット・SNS・アニメ・漫画・ゲーム・・・)

(少子化の影響が大きい。団塊ジュニアが生まれたときは210万人、2019年は86万5千人)

○ 現代の子どもたちにも良い所がいっぱい！

では、一番の問題点は？(やる気格差！)→自己肯定感の低下

「保育業界で言われている子育てのあり方」 (子どもの成長を長い目で見るために)

小さな時

○ 『抱きしめる!』 (スキンシップが大切)・・・

* 社会的参照 (ソーシャル・レファレンシング)

生後6ヶ月頃～2歳頃:後ろを振り返った時に自分を大切に思っている人が見守ってくれているという安心感どうすればいいかを教えてくれる視線や表情→ガラスの谷の実験

・社会的ルールの遵守、非行や犯罪を予防する基盤(青少年の犯罪)

おしゃべりが出来るようになったら

○ 『聞く!』 (問い詰めない!→ブロック・ブロック!)

* 魔の二歳児! (テリブル2)・・・第一次反抗期? (イヤイヤ期) 本当は()

→自分で野郎という気持ちが芽生える時期

→保育園の先生たち「気分転換(落ち着かせる)、共感、代弁、整理、提案)



夜泣きやイヤイヤがひどいのは、自分の子育てが間違ってるから? 私って、母親失格?



夜泣きの原因は、胎児の睡眠パターン →イヤイヤ期は、自立期

・最新の脳科学では、夜泣きやイヤイヤは人間の子ども特有の“必然的な行動”

→原因はいずれも、生まれた時の子どもの脳が、成人に比べて非常に未発達なこと

・夜泣きの原因は、胎児の睡眠パターン。

・2歳頃から始まる「イヤイヤ行動」は、脳の表層にある「前頭前野」と呼ばれる部分が、

まだ機能し始めているから。→おやつの我慢(3歳の子と5歳の子の違い)スタンフォード大学が行ったマシュマロ実験(子ども時代の自制心と将来の社会的成果の関連性を調査)

周囲の大人が「ダメ!」と怒っても抑制機能は働かない。「自分で納得した目的のために、自ら我慢をする」経験こそが、子供の前頭前野を働かせ、抑制機能を育てていく。

→「気分転換(落ち着かせる)、共感、代弁、整理、提案」

→「我慢する理由をはっきりさせる」「我慢できたら思いっきりほめてあげる」→ルールの大切さを学ぶ

いよいよ心身共に大人になる準備が始まる時期(思春期)

○ 『 見守る! 』…

「第二次反抗期」って言うけれど…、「反抗期(イライラ期)」って実は()

→イヤイヤ期やイライラ期は、人類の進化の証

(あなたのお子さんはどちら?)

Aくん: 頑固で 落ち着きがなく 時々優柔不断で 泣き虫なくせに 自己主張が強い。

Bくん: 意志が強く 好奇心旺盛で 周りの人の意見をよく聞き 感受性が高く 自立している。

* 困ったときこそ「良いところ探し!」

* 「がんばれ!」より「頑張っているね」。

* I(アイ)メッセージで親子関係を改善! →YOU(ユー)メッセージ

最後は

○ 『 祈る! 』 →『 』

* 子どもが大好きな言葉は?(褒められるよりも嬉しいようです)→ありがとう!(魔法の言葉)

* 子どもが幸せを感じる時って?(子どもが笑顔でいるときには…)→家族の笑顔

* 家庭の役割は()

* 子育ては()