

【ちょっとのガマンが大事】

子育ての中で、いろいろ迷うことってありますよね？

例えば、『褒めて育てよう！』という言葉を知ると「そうだね～怒っても子どもには伝わらないし…」とか「褒めてあげれば自己肯定感も上がるだろうから」と思われるかもしれません。

確かにその通りで、褒めるのは大事です。

ただ、褒め方にもいろいろあるので、ヒントをお伝えしますね。

子どもであっても『認めてくれている』と感じるのが、一番嬉しいことだと思います。

いわゆる『承認欲求』ですね。

それを基に、掛けてあげる言葉を考えるといいと思います。

例えば「見てるよ」「そうだね」「出来たね～」「そんな風にしたんだ」「面白かった？よかったね」などです。

また、聞いたことがあるかと思いますが『I（私は）メッセージ』というのも、認めてもらった感があるものです。

「（私も）助かったわ～」「（私も）嬉しいな」「ありがとうね」と言われると、自分も誰かの役に立ったなという満足感があります。

褒める、というか、認めてもらうのは、子どもだけでなく大人も嬉しいですよ。

ところで、タイトルにも挙げましたが『ちょっとのガマン』も大事です。

赤ちゃんの頃から、ほんの少しのガマンをたくさん経験することで、ワガママにならず、自分だけではなく相手のことも考えられる人になります。

例えば、オムツ替えをしようと連れていく時、子どもが何か気になってそれを欲しいとアピールしたとします。

そこで「あれが欲しかったのね～。じゃオムツ替えてから行こうね」と約束をします。

これも『ちょっとのガマン』ですよ。

大きい子であれば、説明をしてガマンしてもらいます。

例えば「これが終わったら、あなたのやりたいことを一緒にやろうね」など、やらなければいけないものを先に済ませて、約束通りにやりたかったことを叶えてあげる。

ちょっと待てば（先にやれば）約束を守ってくれて楽しい時間が来る、を経験するのが大事です。これを繰り返すことによって、気持ちのコントロールも出来るようになってきます。

【気持ちのコントロール＝切り替えが出来る】、ということです。

『いつでもどこでも、何でも自分の思い通りにしないと気が済まない！』『相手のことなど全く気にしない、関係ない！』という、ただの自分勝手な人にならないように育てたいですよ？

褒める・認める・ガマンさせる…どれも大事で、その上に**【道理を教える】**こともしましょう。

※道理＝人として行うべき正しい道

「将来この子が、人の役に立って、皆に愛される人になって欲しい」と誰もが願うと思いますが、そのために私達大人がすることは、**【認めること・正しく教えること】**です。

さあ、未来を担う子ども達が『幸せな大人』になるために、楽しみながら、伝えることは伝えながら、皆で育てていきましょうね！

（加賀谷）