



今年は例年になく猛暑でしたね。ですが少しずつ朝晩は涼しく、秋の訪れを感じるようになりました。さて 240 号に引き続き、臨床心理学者 佐々木正美先生の子育てコラムを、お伝えします。

Q しつけは何歳から始めたらいいですか？

A しつけは①「他者を思いやる心を育てるため」

②「社会のルールをまもれるように」

③「自分で自分を律する力を養うため」ですね

今回は③についてお伝えします。

自律性は3歳頃までに育つと言われています。



自分を律する力は「待つ」時間に培われる

「自分で自分を律する力」は3歳頃までに育つと言われています。この時期に親が十分に「待つ」ことが大事なのです。自律とはすなわち、自分のことを自分で決める力です。親が「ああしろ、こうしろ」と口を出しては自立心が育つ暇ありません。確かにこの時期は子どもたちができないことや失敗することも多いでしょう。しかし、怒らず、焦らず、何度でも繰り返し根気強く教えてあげるのがです。できない時は手伝えはいいのです。そして「できるようになる時期を」その子自身に任せてあげるのがです。我が子は何かをできるようになる、その一つ一つを、親はただ見守りながら待つのです。待っている時間に、子どもは自立心が育っていくのです。

厳しくしつければ、はた目には「いい子」が育つかもかもしれません。しかし我が子を十分受け止める前に、厳しいしつけに傾いてしまうと最も大切な「親子の信頼関係」が損なわれることもまた事実なのです。

(「育てにくい子」と感じたときに読む本 佐々木正美)



待ってあげることで根気が要りますね。『子育ては親育て』と言われています。いつまでたっても親も子どもに育てられていると感じます。

(今月担当N)