

子育てのワンポイント

叱りすぎのお母さん。「がんばっているね」と自分をほめよう。

子どものことを心配しすぎて過干渉になっているお母さん、子どもを叱ってばかりいる自分を責めていませんか。「わたしはダメなママだ」と落ち込んでいませんか。

親が過干渉になるのは、「こんな子に育てて欲しい」という理想があるからです。親ですから理想があるのは当然です。でもその理想に縛られて、子どもの望みが聞こえない、応えることができなくなってしまうのは、なぜでしょう。

それは、お母さん自身が「もっとがんばらなくては」という強い思いや「もっとがんばればよかった！」という後悔を抱きながら子育てをしているからです。

「もっと勉強しておけばよかった！」と後悔をしている人に限って、子どもの成長の段階を省みないほど、教育熱心になってしまいがちです。

もしかしたら、お母さん自身が「〇〇できない子は悪い子」といったメッセージを、自分の親から送られながら育ててきたのかもしれない。

「わたしはわたし。これでいい」というのびのびとした自己肯定感の気持ちがないと、子育ても不安になりがち。力が入りすぎてしまいます。

鏡に写っている自分の顔をのぞいてみてください。ほら、子育てにがんばっているお母さんの顔が写っています。ちょっと疲れているのはがんばっているあかし。

「よくやってるね」と自分で自分をほめてあげてください。

「かわいがり子育て」 児童精神科医 佐々木正美 参照



今月の絵本

こいのぼりぐんぐんこどもの日!

ますだゆうこ/作・たちもとみちこ/絵 文溪堂

ももんちゃんのおしのおし

とよたかずひこ/作 童心社



6月の予定

- ☆ 6日(金) 子育て個別相談会
(愛知県立大学教授より)
 - ☆ 20日(金) 子育て学習会
「ママさんの防災講座」
(保健センター・保健師さんより)
 - ☆ 27日(金) 園庭開放(泥んこあそび)
- ※予約はそれぞれ一ヶ月前から受け付けています。変更になる場合がありますので、詳細は電話などで確認してください。



今月の歌

<おべんとうばこのうた>

これっくらいの おべんとうばこに

おにぎり おにぎり

ちよいとつめて

きざみしょうがに ごましおふって

にんじんさん さくらんぼさん

しいたけさん ごぼうさん

あなのあいた れんこんさん

すじのおった ふき

めしあがれ



今月のわらべうた

あしあし あひる
かかとをねらえ

