

家庭教育通信

乳幼児期のこどもたち

令和6年11月1日発行

こどもの育ちで大切にしたいこと② こころの土台作り

今回は、こどもの「こころの土台作り」についてお話しします。

「木が成長する姿」を想像してみてください。生まれたばかりの芽は、豊かな大地に支えられ、あたたかな太陽と適度な水を与えられることで、地中にぐんぐん根をのばし、頑丈な幹をもつ木に育ちます。

栄養をたっぷり吸収できる「根っこ」とたくましい「幹」からなる土台がしっかり育っていれば、しなやかに枝を伸ばし、葉をしげらせ、豊かな実がなるでしょう。多少の大風や寒さにも耐えることができるでしょう。

こどもの姿を木にたとえると、「大地・太陽・水」にあたるのがまわりの人々の関わりで、それによって作られるのが「こころの土台」＝「基本的信頼」です。

基本的信頼

「安心・安全」・・・まわりに自分を傷つける人やものはなく、安心してすごせる。

「守られている」・・・世話してもらえ、助けてもらえる。なくさめてもらえる。はげましてもらえ。

「大切にされている」・・・自分はまわりの人に大切にしてもらえ、尊重してもらえ。そのことを言葉や態度でじゅうぶんに示してもらえ。

こうして人は様々な出会い・経験・困難からよいものを学び取り、好奇心をもってチャレンジし、自分らしい実りをつくっていくのだと思います。

「基本的信頼」は大人にも大切です。自分自身がじゅうぶんにこの感覚をもっていないと、人に与えるのが難しいことがあります。また、関わりが難しいお子さんの場合、「うまく接することができない」と、大人が自分を責めてしまうこともあります。

子育てで難しさを感じる時は、やさしい気持ちで自分自身にこころを向けてみてください。信頼できる身近な人に話すのもいいですね。地域の子育てひろば、子ども家庭支援センター、保健相談所などでもお話をうかがうことができます。

子育てはたくさんの人の関わりがあって成り立ちます。まわりの助けを借りながら、自分らしい子育ての形を作っていくてくださいね。

地域教育課社会教育担当
TEL (3647) 9676