

にこにこ通信 3月号

「ふれあってあそぼう！」

子どもは、声をかけてもらったり、体を触ってもらったりすることが大好きです。

ふれあい遊びは、子どもとのスキンシップやコミュニケーションを図るのにぴったりの遊びです。

スキンシップは、子どもに安心感を与えるだけでなく、大人もやさしい気持ちになり幸せを感じますよね。赤ちゃんの時代に人とかかわることの楽しさや喜びを十分に味わった子は、これから出会う人ともうまくかかわりが持てるようになります。おうちの人とかかわりは、自分への信頼と人への信頼関係をはぐくみます。

とはいえ、子どもとどうやってふれあっていいかわからない、忙しくてなかなか時間がとれないなど悩みもあると思います。

ふれあって遊ぶために特別に時間を作る必要はありません。

- ・おむつを替えているとき
- ・着替えをしているとき
- ・お風呂に入るとき

そんなときでいいんです。にっこり笑顔とやさしい手でたくさん触れて、やさしい声で、自分の知っている歌や童謡を歌ったりしましょう。

例えば

- ・おむつを替えるときに、ほほやおなかをさすったり、手足を屈伸させたり、「こしょこしょ」と体をくすぐってみましょう。
- ・首が座ってお座りが安定してきたら、おとなが膝を伸ばして、膝の上に座らせ「ガタゴト」と体をゆらしたり、足をひらいて膝のあいだに落とします。
- ・子どもが目で追いやすい、色がはっきりした布やハンカチを準備します。大人が顔を隠して「いないいないバー」で顔を出したり、子どもの顔に「フー」と風を送ったり、布を子どもの顔にかけて「バー」といって取ったりします。宙にとばせば目の前のモノをじっと見つめて、動くときと追いかける「追視」の刺激になります。

親と子のきずなの根っこは、乳幼児期にあります。その時期に肌と肌でふれあう遊びをとおして信頼関係をつくりましょう。