

「一緒に遊ぶことを楽しみましょう」

太陽が眩しい季節になりました。ひまわりの花が生き生きと咲き誇っています。1年で1番暑い季節です。

この季節は水遊びが楽しいですね。蛇口から出てくる水の流れに触れた時に「キャー！」という歓声をあげて子どもの喜ぶ姿を見ると楽しい気持ちになります。そんな時、お家の方は「冷たいね!」「気持ちいいね!」など、子どもの気持ちに共感して声をかけられていることでしょうか。また、逆になかなか水に触れない姿を見たら、お家の方が一緒に「怖くないよ。楽しいよ。ほらっ!」と声をかけながら楽しく遊んでみせることもあるのではないのでしょうか?

このような子どもの関わりは、日常のいろいろな場面で見られることと思います。お家の方が子どもと一緒に遊ぶとき、子どもの気持ちを代弁するような言葉や子どもの気持ちを察して遊びに誘う言葉をかけると思います。そのやり取りの中で子ども自身が「この遊びは楽しい!」「お家の人と一緒に遊ぶことが楽しい!」と感じていきます。子どもが成長していく過程の中で大人と一緒に遊びを知り、楽しむことで世界がどんどん広がり、お家の人との楽しい時間が増えていくと思います。子どもは大人の態度から気持ちを感じ取ります。大人が楽しそうにしていると子どもはよりいっそう楽しくなります。そういう経験の中で子どもはのびのびと成長します。

子育て中の方から「子どもとゆっくり関わりたいのですが、仕事や家事で忙しい毎日の中で子どもと遊ぶ時間がなかなか取れないです」という声を聞きます。疲れて気持ちに余裕がなくなってしまうこともありますよね。そんな時は、一度深呼吸をしてリフレッシュしてみましょう。

また、じっくり遊ぶ時間がとれなくても大丈夫です。一緒にお風呂に入っている時、衣服の着脱の時、寝る前の時間など、生活の中のちょっとした時間を使ってみましょう。

お家の人から頭や体を優しくなでてもらったり、ギュッと抱きしめてもらったりするだけで子どもは愛情をいっぱい感じて元気になれます。