

こころに寄り添う子育て



子どもに寄り添った「しつけ」をするにはどうしたらいいのだろうか？



子どもに愛情をもって接していくには？子どもは生きづらさを感じている！？

子どもの健やかな成長を育むために！

ニュースなどを見ていると、ときどき「児童虐待」という言葉を聞くことがあるかもしれません。虐待は子どもの心を深く傷つけ、子どもの未来にも影響する恐れがある深刻な問題です。しかし、現代の家庭や子どもを取り巻く環境は、子育てに関わる人が育ってきた環境とは大きく変わっています。子どものためと思って行った「しつけ」が、知らない間に子どもの心を傷つけているかもしれません。

そこで「心理(こころ)」の観点から、現代の子育てのために知っておいてほしい考え方を紹介します。

問 家庭児童相談室(さわやか保健センター 3 階) ☎561-2460、FAX561-6780

ストレングスアプローチ(長所を伸ばす)

人は誰も強みと弱みを持っています。子どもの弱みばかりを見ず、強みやできることを見つけ、意識する必要があります。そうすることにより、子どもがストレスを感じずに強みを伸ばすことができます。



子ども自身が理解できなければ本人のストレスに！

バウンダリー(心の境界線)

保護者の考え方や理想を押し付ける、子どもの行動をいちいち注意する、子どもがかわいすぎて過保護に育てるなど、見えないうちで縛りつけてしまうと、関係が上手く保てず、力任せになってしまうことがあります。



子どもを一人の個人として尊重しよう！

トラウマ(心の傷)

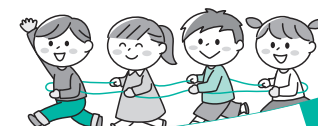
心に傷を負うと、ささいなことでイライラする、夜眠れないなど、さまざまな影響がでてきます。さらに、慢性のトラウマになってしまうと、感情面、認知面、行動面などで影響を及ぼし、心身に支障がでてきます。



心の健康のために、無理せずに休む、考え方を考える、誰かに話を聞いてもらう

アタッチメント(愛着形成)

子どもは愛情によって自己肯定感を得ることができます。できないことを叱りつけて達成させるだけでは、子どもが自己肯定感を得ることができません。叱りつけるのではなく、子どもが納得するように説明し、子どもの自己肯定感を高めましょう。



子どもが納得しないと、子どもの理解や判断の歪みにつながります！

子育てで気をつけたい4つの考え方

身体的

殴る、蹴る、叩く、激しく揺さぶる、戸外に閉め出すなど、子どもの身体に直接暴力を振るい、傷を負わせたり、その生じる恐れのある行為

ネグレクト

乳幼児を家に残したまま外出する、車内に放置する、子どもに適切な食事を与えない、ひどく不潔なままにするなど、子どもの健康・安全への配慮を怠ること

心理的

言葉による脅しや、無視などの拒否的な態度、兄弟姉妹の間で不公平な接し方をするなど、言葉や態度により子どもの心を傷つける行為

性的

子どもへの性的行為の強要、子どもに生殖器や性行為を見せる、子どもをポルノグラフィーの被写体にするなど、子どもにわいせつな行為をしたりさせたりすること

知っておきたい！

子どもへの虐待とは？

+ プラス

保護者の育児休業

子育ての第一に責任がある保護者だけではなく、子どもを地域のみんなで支え合い見守っていく考えが広まりつつあります。育児の負担を一人で抱え込むのではなく、地域の子育てサークルへの参加や、子育て支援サービスを知ること、心のゆとりのためにも大切です。例えば行政ではファミリー・サポート・センター※などの制度があります。気付かないうちに大切な子どもに虐待をしてしまわないためにも、気持ちに余裕のないときは、このようなサービスを利用して、心にゆとりのある時間を作ること大事です。



※会員同士が地域で子育てを助け合う相互援助組織

草津市子ども家庭総合支援拠点！

18歳未満の子どもがいる家庭(妊産婦を含む)でのさまざまな悩み相談

妊娠・出産・育児に関する相談や支援の窓口は？

- ◆ 妊娠や出産後の生活が不安だ
- ◆ 赤ちゃんの栄養や睡眠が足りているか心配だ
- ◆ 子どもの成長や発達、障害に関する相談がしたい など

子育て相談センター

☎561-2339、FAX561-2491
✉ soudan-kosodate@city.kusatsu.lg.jp

子育ての悩みや児童虐待に関する窓口は？

- ◆ 子どもをつきつづき叱りすぎてしまう
- ◆ 両親の間で子育ての意見が合わない
- ◆ 子どもとの向き合い方が分からない など

家庭児童相談室

☎561-2460、FAX561-6780
✉ kateijido@city.kusatsu.lg.jp

☎ 平日 8:30~17:15 所 さわやか保健センター 3 階

その他の相談窓口

児童相談所虐待対応ダイヤル
☎189(いちはやく)

※相談者の秘密は固く守られています

- 県中央子ども家庭相談センター ☎562-1121、FAX565-7235
- 県児童虐待ホットライン ☎562-8996(はぐくむ)
- 24時間子供SOSダイヤル ☎0120-0-78310(なやみ言おう)