



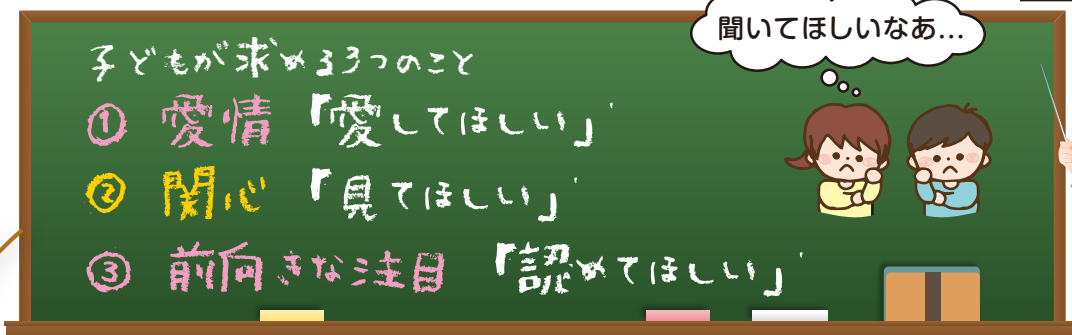
教えて!ひろみせんせい!



☆プロフィール☆
鈴木 裕美(すずきひろみ)
香川大学医学部
小児科専門医

楽しく子育てする秘訣を小児科専門医 鈴木裕美先生に教えてもらうこのコーナー。子どもとの関わり方やちょっとしたヒントなど、知っておくと親子関係がグッと良くなる情報を毎号お届けします。

前号の子どもが求める3つのこと①愛情「愛してほしい!」はトライできましたか?今回は、**関心「見てほしい」**についてお話しします。



子どもは親に「見てほしい、聞いてほしい、わかってほしい、困っているときは助けてほしい」と思っています。特に思春期は**自分が望んだときにだけ見てほしい**という気持ちが強くなる時期。子どもが望んだタイミングで子どもの想いを満たすことは、いい関係をつくることにつながります。子どもの嬉しそうなお顔がごほうびです!

今回は
2つ目の
『**関心**』
です

子どもの毎日はエキサイティング!
毎日いろいろなことが起こり、心は踊ったり沈んだり……。話をしたいときに関心をもってもらえないことが続くと、子どもは諦めてしまい、いずれ話をしなくなります。

子どものことに**「関心」**を示しましょう。

子どもの話には**新しい発見**がいっぱいです。



☆私たちは忙しいあまり、ついつい「後で…」と言ったり、スマホから顔をあげずに「うんうん」と生返事をしたりしていませんか。私も子どもの話に適当に相槌を打っていたことがあります。「ねえ、今何話したか言ってみて」と不意打ちテストされ、とんちんかんなことを言ってしまいました。「ほら、やっぱり聞いてない!」と怒られたことがあります。反省、反省💧

子どもの関心ことに関心を持つ。それがよい親子関係を築きます。目線を合わせて話を聞くだけで「自分のことをたくさん話してくれるようになり、そのときの気持ちやどんなふうに対応したかも教えてくれるようになった」「落ち着いて1人で過ごせるようになった」「家族に優しい気遣いを見せるようになった」など、実践した保護者から嬉しい声が届いています。現在すでに子どもと会話ができていると思う人は、笑顔や優しい声で愛情を示し「話を聞いてくれそう」な雰囲気を作ると、子どもから近寄ってきます。その時は、喜んで手を止めて話を聞きましょう。チャンスは大事に使いましょうね!



レッツトライ!!

♡ 1日1回、子どもに**関心**を示してみましょう
1~2分でOKです。

「ねえねえ」と話しかけてきたとき、「これってどうやるの」と質問してきたとき、

手を止めて

子どもの顔を(目)見て話を聞いてください。

こんなふう言葉に返してみよう。

- 「なるほどね」
- 「おもしろい考えだね」
- 「どうしてそう思うの?」
- 「どうしたらいいと思うか考えを聞かせて」

などなど。

