Happy!! mama gaku

赤ちゃんのことを知ろう！

初めての子育ては誰にとっても未知の世界。赤ちゃんと向き合い、健やかな成長を見守り育てるために、まずは「赤ちゃんのことを知る」ことが大切です。「赤ちゃんの気持ち」「赤ちゃんとの遊び方」「親子の関係作り」を知ることを通じてママが子育てに自信を持ち、子育てが楽しくなる秘訣をお伝えします。

【講師】新井美里（ママガク学長／一般社団法人子育てデザイン総合研究所 理事）

お台場からスタートし、武蔵小杉・吉祥寺・葛西の商業施設にて全講座赤ちゃん連れOKのママガクを運営。講座と親子イベントで年間約8000名、述べ4万人以上の妊娠中〜2才前後の親子に子育てを学ぶ楽しさを伝える講座や、未来を生きるための必要な能力を育む、世界の教育の基準「対話型」家庭教育クラスと、こどもリベラルアーツけんきゅうじょ担任として年間

プライベートでは自然と旅、音楽、子育てを愛する、3児の母。 不妊症をきっかけに補完代替医療に興味を持ち、人間本来の力を呼び戻す自然な生き方を取り入れ、2003年に長女、2006年に次女、2011年に長男を助産院もりあねで出産。子どもたちの個性を発見し伸ばしていく「対話型家庭教育」をベースに、自己表現が大好きな長女は偏差値・テスト・制服がない、競争原理を排除した自由教育を実践する中学校を卒業。次女は小学5年生からホームスクーラーとしてサドベリー教育を実践し、公立中学校へ在籍中。長男はモンテッソーリ教育を行う認可保育園を経て、公立小学校へ在籍中。

『赤ちゃんのことがわかる』ってどういうこと？

あなたが今赤ちゃんに関することをみんなでシェアをしてみましょう。

- 「要求が体でわかる」と子育ては楽で楽しくなる！
- 「子育てを楽しむ」と決める重要さ
- 五感＆直感で子育てをしてみよう！
- 社会に育ててもらう必要性について

「わかる」=「要求を知って満たしてあげる」

初めて出会う赤ちゃんのことをわかろうとして、育児書を読んだり、ネットで調べたりすることは、とても良いことです。ただ、育児書やネットを見ても、「わかったつもり」になるだけ。本当の意味でわかるようになるには、赤ちゃんが何を求めているのか想像して、その欲求を満たしてあげる・・・の、体当たりな経験を、『トライ&エラー』でたくさんたくさん積んでいくことが必要です。これを毎日地道に繰りかえすうちに、あなたの赤ちゃんのことが、もっともっとわかるようになっていきます。実は、そのプロセスこそが、育児の本当の喜びでもあるのです。

1. 最初は受け身で（赤ちゃんからの要求を待つ）

でも、前のめりに頑張る必要はありません。子どもが成長すればするほど、親の姿勢は「あなたのことを大切に思っているよ。だから、必要な時には、いつでも声かけてね〜。」のような、「赤ちゃんから要求が出るのを待つ」くらいの受け身が丁度良いのです。赤ちゃんは生きるのに必死で、そのために必要な要求はちゃんと伝えてきます。
親がいつも『何かしてあげなくちゃ』と前のめりになることを、赤ちゃんは望んでいません。「大切に保護してもらうこと」と同時に「自由と自立を尊重してもらうこと」を望んでいます。前のめりな親は、ちょっと厳しい言葉ですが、赤ちゃんにとっては、「自由と自立を邪魔する存在」。
親が子どもの気持ちを受けとめて、子どもを信じて、「困った時には助けるから、いつでも言ってね」と見守ってくれていると、子どもは自分で育っていきます。

2. 赤ちゃんの要求はわがままではない

色々なことがまだ自分でできない赤ちゃんの要求は、決してわがままではありません。子どもの心理の専門家たちは、口をそろえて、「乳幼児期の要求は、全部満たしてあげるくらいのスタンスでいる必要がある。」と言います。（例：渡辺久子著「たっぷり甘えさせてしあわせ脳を育てる」p. 103）。ただ、物質的な欲求と、身体の甘え欲求は、分けて考える必要はあります。物質的な欲求には、コントロールが必要です。

3. 要求を知って、満たしてあげる時のコミュニケーション基本編

赤ちゃんの要求を知って満たしてあげる時に、上記「3」のような姿勢でコミュニケーションができると、赤ちゃんも「自分のことをわかってもらえてる」という安心感ができて、健全な心と自立心とが養われていきます。これは子育ての基本となるコミュニケーションで、子どもが何歳になっても使えます。赤ちゃんの時は「全面サポート」だったのが、大きくなるにつれ、「部分的サポート」になっていくという違いだけです。

4. 赤ちゃんの要求を満たしてあげると

「要求を知って満たしてあげる」を続けていると、赤ちゃんのことがよりよくわかるようになるだけでなく、赤ちゃんの中に人としての土台（人は信頼できる／自分は愛される価値がある）が出来上がっていきます。

1. 三大欲求：快食・快眠・快便（尿）を満たしてあげる時
2. コロコロじゃれあって遊ぶ：一緒にコロコロじゃれ合う／赤ちゃんの一人遊びを見守る
3. その他の遊び：絵本、おもちゃ、わらべ歌、ベビーマッサージ・ベビーサインなど

子育てを学ぶ・楽しむ
地域密着型ママの学校
mamagaku
ママガクは妊娠中のプレママから子育て中のママとご家族ならば、どなたでも参加できます。
入会金は不要です。いつでも気楽に講座へ、ホームページよりご予約頂けます。
http://www.mamagaku.com/
スマホ&PC OK!