



# いっしょに考えよう 甘えって？

お子さんをたくさん甘えさせていますか？  
お子さんが甘えたいときは、思い切り甘えさせてあげてください！  
でも、「甘えさせる」と「甘やかす」ってちょっと違いますよね？

## 「甘えさせる」って？



子どもの願いや要求に応じてやることです。  
十分に満足のいくまで甘えることで心が満たされ安定します。  
自分は大切な存在なんだ！とわかり、その安心感が子どもの根っこ・土台を作ります。  
甘える場所を確保することは、子どもの発達に欠かせません。  
手伝って！と言われたら手伝い、たくさんほめてあげることが、甘えさせることです。

## 「甘やかす」って？



本来自分でできることをやらせてあげず、大人がやってしまうことです。  
子どもが望んでいないのに（自分でやりたいのに）サッと手をだしてやってあげる、やり過ぎてしまうのは甘やかしです。  
子どもにとっては、自分で成長したい！という思いを無視され、できないんだという失望やあきらめが積み重なってしまいます。  
この年齢なら自分でできるということでも、大人が手取り足取りやってしまうと、結果として子どもの自立を妨げることに・・・

子どもは、甘えやわがママを十分に受け止めてもらうことで、  
自分は愛される価値のある子どもだと確信し、  
安心して自立していけます。  
大切なのは、子どもの気持ちを受け止めることです。



参考 『ほんとうにかしこい子に育てる』汐見稔幸 他

とは言っても・・・

## 「子どもの甘えにはどこまで応えたらいいの？」

甘えをどう受け止め、そして甘えのうちの何を制限するかという二つの基本的なルールをご紹介します。

### ♪ 子どもの甘えに対応する基本のルール ♪

#### 1 子どもが求めてきたら好意的に応じてあげる

幼児期の子どもの「甘え」は、心のエネルギー補給と言われます。  
特に、親子の絆（信頼関係）が形成されていく時期にあたる、1～3歳では、子どもが求めてきたときは、積極的に好意的な対応をしてあげるのが基本です。  
不安なときや怖いときにママパパに抱きしめてもらって安心できるから、またママパパから離れて遊びに向かえるものです。  
望みに応えるのは、「あとでね」より、ほんのちょっとだけでも「今」を意識しましょう。  
「ママ、抱っこして～」 「パパ、見て～、遊んで～」と甘える子どもの気持ちに「今」応えることで、自分のことを大切にしてくれているという安心感と信頼感が育まれます。



#### 2 子どもの欲求を制限するのも親の役目

たとえば、子どもが好きなお菓子を夕食の前に欲しがるとします。  
子どもは「食べたい、食べたい」という欲求しかなくて、適量も、食べる適切な時間もわかりません。  
そういうときでも「食べたいよね～」と一度は気持ちを受け止めてあげたいですね。  
そのうえで、「食べすぎると、おなかが痛くなって晩ごはんが食べられなくなるから1個だけね」などと、理由を話してコントロールしていくのは親の役目です。  
1～3歳で制限が必要なのは、生活リズムを乱して健康に影響が出てしまうこと、人に迷惑をかける結果になることくらい。そういうときは、子どもの言いなりにならず、毅然とした態度をとりましょう。



子育ては迷いの連続ですね。  
実際の生活のなかでは、ママパパの事情がありますから、いつも理想的な対応ができないのは当たり前です。  
子どもの甘えを受け入れるには、親の心にゆとりがあることが大切。周囲の力も借りながら、ゆったり子育てできるといいですね。

