

最新の医学研究をもとにお子さんの脳を育てる京都聖母学院幼稚園の「レゼセ」の取り組みをシリーズで解説していく動画を配信していますが、このコラムはその内容を文字でもお届けするものです。

興味を持たれた方は、ぜひ、動画をご視聴いただくことをおすすめします。

保護者の方からいただいたご質問にお答えする「教えてドクター吉田」

今回のテーマは「子どもを父親になつかせる方法」についてです。

保護者の方から、こんなご質問を頂きました。

【質問】

子が母親の私にべったりで、父親と遊びたがりません。

子が父親に少しでもなつくにはどうしたら良いのでしょうか。

【ドクター吉田のアドバイス】

子どもの脳は、0歳から3歳までの期間に最も養育してくれた人に強い愛着が形成されます。

発達心理学では、安全基地といますが、安全を確保してもらえる基地になってくれる人に対して愛着を感じ、べったりになることで危険を回避する本能があるのです。

日本では、それが母親である場合が多く、だからその後の幼稚園の年代でも、母親にべったりになるわけです。

父親の養育への関与が少なかった場合は、子供の脳が安全基地とはみなしてくれません。

だから、お子さんは無意識のうちに父親を警戒してしまい、実際、一緒にいるだけで心拍数も血圧も上がる場合が多いのです。

警戒心があれば遊んだって楽しくはないので、だからご相談者のお子さんも親とは遊びたがらないわけです。

ただし、誤解のないように言っておきますが、0歳から3歳まで最も養育してくれた人が父親だったら、父親にべったりになります。

子どもの脳は、男女平等なのです。

でも、3歳以上になったら、父親にもなつくようにしてあげたほうがいいです。

やがて、小学生や中学生へと成長するに従って、家族以外にも多様な人間関係を築いていく必要があります。

母親べったりから多様な人間関係に発展していく過渡期になるのが、父親になつくということなのです。

公園で遊ぶとか工作をするとか、父親の得意なことで子どもが喜ぶ遊びがあれば、そういう機会を積極的に増やしていただきたいです。

ただし、子どもが嫌がっているのに無理に父親と遊ばせようとするのは、絶対にダメ。

父親が子どもの心理の上で安全基地になっていない段階で遊びを強要すると、子どもの心に苦痛を与えてしまって逆効

果です。

父親も母親について第二の安全基地にしてあげないといけません。

そのためにやるべきことは、父親がもっと積極的に育児に関与することです。

日常的なケア、たとえば食事であったり歯磨きであったり、子どもにとって楽しくなくても生活のために必要なことについて、父親が積極的に世話をしあげること。

こうした経験を積むことで、子ども脳は父親も安全基地とみなすようになって安心感を抱くようになります。

楽しく遊ぶというのは、その次の段階なのですね。

もう一つ大事なものは、母親と父親の夫婦関係です。

いつまでたっても父親が安全基地に入っていない場合に、少なくとも子どもの認識では、夫婦が愛情で深く結ばれているとは思っていない場合が多いのです。

実際、子育て以外でも、父親が家事に協力せず母親に押し付けている家庭では、特に子どもは父親になつかないという傾向があります。

ぜひ、料理も掃除も洗濯も、夫婦で仲良く協力している姿をお子さんに見せていただきたいです。

それから、子供の前で母親が父親に「あなたはダメね」といった否定的な発言はしないこと。

発達心理学では社会的参照といいます。どんな感情をいだくかについて、子どもは安全基地になっている親の感情をコピーしてそのまま受け入れる性質があります。

お母さんの発言は、子どもの心の成長にとっても重要なのですね。

ということで、今回は、子どもを父親になつかせる方法についてお届けしました。

今後も「教えてドクター吉田」は、定期的に続けていこうと思っています。

保護者の方のご質問をお待ちしています。