



## ～子どもの気持ちを受け止めて、感情を豊かに育てていくために～

子どもは誕生直後に満足、苦痛、興味・関心の感情を持ち、3か月後には喜び、驚き、悲しみと嫌悪の感情が、6か月までには怒りと恐れが現れ、基本的な感情が出そろおうとされています。不快な感情が起きると、お母さんなどの養育者に近づいたり、身体が触れることを求めるなど、赤ちゃんといえど、自ら積極的に行動する対処法もとっているそうです。でも赤ちゃんの感情調整をするためには、親の助けが必要です。

赤ちゃんは泣いたり、小さな声を出したりすることでしか自分の気持ちを伝えられませんが、上記のように様々な感情を持ち、なんとか伝えようとしているということを親が理解して対応していると、赤ちゃんも自分の感情を豊かに伝えられるように育っていくと思います。すでに皆さんがされているように、赤ちゃんはどんなことが好きなのか、どんなときに笑ったり声を出したりするのか、よく観察して話しかけたり、一緒に笑ったり、泣いたらそばに行って、どうしたのと対応してあげることこそ大切です。そんな当たり前のことを繰り返しているうちに、赤ちゃんもあなたを信頼して親子の深いつながりが生まれます。お母さんやお父さんの感情調整がうまくいかないと思ったら、どうぞ子ども家庭支援センターにご相談ください。

羽村市子ども家庭支援センター  
臨床心理士・公認心理師 須摩智佳子