男性の子育てのヒントになる情報を発信

NF通信

ice arther

Vol.35

column 01

専門家コラム

西村医院　小児科医師　渕上　佐智子さん



夏休み　わたしのおすすめ絵本

子育て真っ最中のお家には情報が溢れビデオ,スマホ,You Tube,テレビなどなど絵本なんか読み聞かせをしなくてもいくらでも楽しい時間が過ごせるのではないでしょうか。ただ今あげたツールはこども達にとって全て受け身で一方方向の情報で、目と耳だけの偏った刺激の入り方だと思います。かんしゃくで手がつけられない時このツールを見せると落ち着くのは、自分でかんしゃくを落ち着けたのではなく、ツールによって気をそらされて無理やりシャットダウンされているだけだと私は考えています。衝動を自分で抑えたのではなく、ツールに抑えてもらっただけ。だからツールがないと衝動を抑えることができない子ども達が本当に増えていると感じています。

やってはいけない事～人を傷つける、自分が傷つく行為～は絶対に叱らなくてはダメなのですが、怖い声で叱られどきっとして怖くて抑えられるよりは、自分で気持ちを抑える力を身につける方がずーっと難しいけど大人になっても役に立つはずです。いろんな感情があるのは当然で、それはやりたくない！も理解はできます。大切なのは色々あっても自分で「まっいっか」と気持ちを切り替えられる力だと思います。

どうすればその力がつくか？

私は絵本だと思っています。こども、大人によって同じ本がいろんな顔を見せてくれます。みんな想像に世界に入り込み、みんな違う感情を共有する事ができます。

読み聞かせであればよみ手の体調や心の余裕で同じ絵本も雰囲気が変わります。他者と関わりながら感情をキャッチボールする事は絵本の持つ魔法かもしれません。是非短い時間でいいです、「むかしむかし・・・おーしまい」でもいいでしょう。一緒におーしまいと言いましょう。こどもが勝手にパラパラめくるだけでもいいでしょう。一緒にパラパラ絵が変わる事を楽しみましょう。他者と関わる経験を絵本を通して楽しんでほしいと思います。私のクリニックには以前おもちゃや積み木を色々置いてありましたが、コロナ感染以降は絵本だけにしました。いくつかの場所に置いてあります。出来るだけゲームに頼らず過ごしてもらえれば嬉しいです。

続く≫

今私のオススメは、

かいじゅうたちのいるところ（モーリスセンダック作　神宮輝夫訳）

以前はもう少し暗くて横長な絵本でしたが179刷版！では少し横が短くなり色味も少し明るくなりました。暗闇にかいじゅう達が浮き出てきます。

わんぱくな主人公が薄暗い寝室にご飯抜きで追いやられましたが、さすが！想像の航海に出発してしまいます。愉快な怪獣たちと大騒ぎ。最後はお母さんの夕食の匂いで航海はおしまい。わんぱく坊やの想像力に脱帽。

わたしがあかちゃんだったとき（キャスリーン　アンホールト作　角野栄子訳）

これは是非3歳過ぎのお子さんに読み聞かせしてあげてください。絵本の主人公が自分の小さかった頃のことをお母さん、お父さんに問いかけます。それを暖かい言葉と多分眼差しで返していきます。子どもは絵本の中の主人公と自分を重ね合わせ、大切に育ててもらった事を感じ、そしてちょっぴりお姉さん、お兄さんになった自尊感情が芽生えます。素敵な絵本だと思います。



みなさん、どんな絵本がオススメですか？