



## ■ 〈ママ、パパ だーいすき！〉

赤ちゃんは、お母さんのお腹の中にいるうちから、お母さんの声を聞いているといひます。生まれてきてから、お母さんの胸に抱っこされ、聞きなれたお母さんの声が間近に聞こえると、とても安心することでしょう。

動物は、生まれるとすぐに立ち上がれますが、人間はとても未熟な存在として生まれ、ひとり立って歩けるようになるまで、約1年もかかります。生まれてから1年の間に劇的な成長をとげますし、歩けるようになって、自分の身の回りのことが自分でできるようになるまでにはまだまだ時間がかかります。その成長を見守りながら、世話をし、育てていくのは大変なことですね。それでも、赤ちゃんが“笑った”“寝返りをうった”“声を出すようになった”・・・と、成長する度に、喜びもたくさん得られます。

赤ちゃんは、はじめのうちは一日のうち、多くの時間を眠って過ごします。眠っていた赤ちゃんが泣きだすと、お母さんは飛んでいって抱っこします。(最初は首が座っていないので、首の下に腕を置き、抱っこします)

赤ちゃんが大泣きしていたとしても、あわてないで、「お腹が空いたのかな」「オムツが濡れたかな」「それとも、まだ、寝たりないのかな」・・・と、優しく声をかけましょう。

たいていは、母乳やミルクを飲んだり、濡れたオムツを取り替えてもらうと、安心して泣き止みます。そしてまた、お母さんの腕の中で眠ります。体を丸くして眠るのは、お母さんのお腹の中にいた時と同じ姿勢なので、とても気持ちがいいのです。

すぐに泣き止まなくても、あせらずに、激しく体を大きく揺さぶるのは避けましょう。“乳幼児揺さぶられ症候群”という言葉をご存知でしょうか？

乳児の体を大きく揺すり、網膜出血や、硬膜下血腫、クモ膜下血腫が引き起こされることをさします。



でも、普段の生活やあやし方で、そうなることはほとんどありませんので、赤ちゃんが泣いたら、優しく抱っこをしてあげてください。

赤ちゃんは、泣くことで自分の不快感等を訴えると、お母さんが抱っこしてくれ、不快なことを取り除いてくれるということを実感していきます。

泣くこと→お母さんが抱っこ→不快を取り除いてくれる→優しい声かけ→お母さんの笑顔→気持ちよくてうれしい・・・このように、言葉をしゃべれない赤ちゃんが、お母さんとコミュニケーションをとれるようになるのです。また、泣いたら飛んできて抱っこしてくれる人がいることを知り、自分は周りの大人に大切にされているのだという“自己肯定感”を育む第一歩となるでしょう。

お母さん、お父さんは、赤ちゃんが生まれて初めて出会う大切な人。たくさん抱っこをして、ゆったりと語りかけてあげましょう。

「不安なことがあれば、必ずそばにいて、いつでも受け止めるよ」という、身近な大人からもたらされる安心感、すなわち愛着関係が、その後の「非認知能力」と言われる「心の力」を育むための土台となります。

