



# すくすく通信



子育て世代包括支援センター  
子育て支援室



2025年 2月号

【愛着】という言葉聞いたことはありますか？健やかに成長するために大切だと言われています。今回はお子さんが多くの幸せを感じて生きていけるように愛着の形成についてご紹介します。



Q. 愛着ってなに？

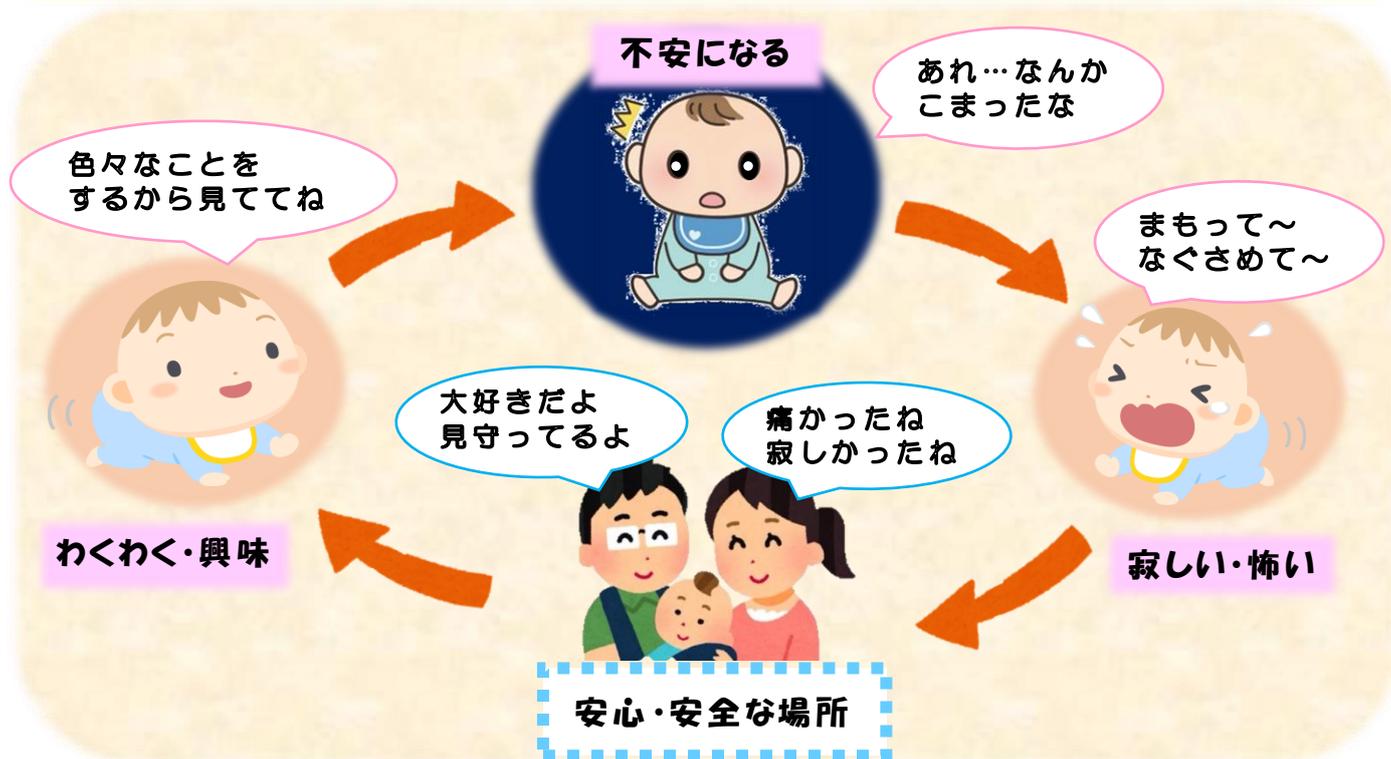
A. 特定の大人との精神的な深いつながり(心の絆のようなもの)です。

Q. 愛着が形成されると？

A. 「愛されている自分って価値がある！」と考え、自己肯定感を持てるようになります。



好奇心の塊である子どもは保護者の元から元気よく飛び出して行きます。しかし、ふと不安になると戻ってきます。その時に受け入れてもらうことで、また安心して飛び出して行きます。子どもの日常はこの繰り返しです。



Q. 愛着を築くには？

応答的なかかわりが良いです。応答的とは子どもの気持ちに寄り添ってそれに応えるということです。

え～んる

「はいはい」「お腹すいた？」とにかく応えてあげる。要求と違っていてもOK

例えば…

むっ…

「どうした？」「さみしい？」声をかけたり抱っこする。抱き癖なんて心配ご無用

○▽□～

「○▽□～なのね～？」子どもの声を真似する。このやり取りが会話の原型

温かい言葉や表情など出来ることからやってみましょう。ひとりで頑張らずに誰かと一緒に