

「お手伝いが子どもにもたらす効果って？」

お子さまがある程度の年齢になってくると、保護者の真似をして洗濯物をたたんでみたり、お料理しているそばから「私もやりたい」と言う場面がありますよね。

お手伝いさせたいけれど、どのような事からさせればよいのかわからない、という方も多いのではないのでしょうか。

お手伝いは子どもの健やかな成長を促します。

出来るだけ楽しく出来て、習慣として身についたら良いですね。

お手伝いをする事で、子どもは自分が必要とされているという事を感じ、自己肯定感が高まります。

なぜなら、お手伝いをする事で家庭の中での役割が生まれるからです。

この役割が、ポイント！自分がやったことが褒められたり、部屋がきれいになったり、嬉しい体験を積み重ねる事で、自己肯定感を高めていきます。

しかし、実際に子どもにお手伝いしてもらおうと時間がかかったり、上手くできない事もあります。

大切なのは、「成果ではなく、お手伝いをするという経験」です。

例えば、子どもの年齢にあった簡単なものからスタートしていくのがおすすめです。

手先が器用になってくる3歳児とは、お掃除のサポートやお花の水やりなど親子で一緒にやってみると良いですね。

また、4, 5歳児くらいになってくると少しレベルアップしたお手伝いにチャレンジしてみてください。

例えば、食器を運んだり、お皿を洗ったりするのもよいですね。

お料理の時も、野菜を洗ったり、ピーラーで皮をむいたり年齢に合わせたお手伝いをさせてあげると子ども達も楽しいですね。

ただ、お皿を割ってしまったり、ケガの危険もあるので、一緒に洗ったりしながら、気をつけてあげてくださいね。

お子さまによって出来る事は様々です。

出来ないからと焦らず、出来る事を認めてあげて一緒に楽しくお手伝いする事が大切ですね。