



こども相談室だより

令和3年9月発行 No.25

こども相談室だより第25号を発行します。
今回は「よくあるご相談から・・・」と
「家庭では“ホッ”とひと息つきながら」です。



新型コロナウイルス感染症が収まらない中、大人も子どもも気が抜けない日々が続いています。忙しい毎日や心配事も多いため、家ではゆっくりしたいところですが、そのような時に、お子さんのこのような場面があって困ることはないでしょうか？

片付けをしない

また散らかして、早く片付けて！

「使った物を自分で片付けられるように」という保護者の方の願いはわかりますが、片付ける物が多いと子どもには大変かもしれません。また、片付けは子どもにとっては楽しいものではありません。片付けが進まない時は子どもと一緒にいき、「1割できたらよし」という気持ちで、できたらほめて達成感につなげていきましょう。ほめられると意欲に繋がります、できることが増えていくかもしれません。気分が乗らない時には「今日は〇〇と△△どっちならできる？」と聞いて子どもに選んでもらうと良いでしょう。お家の人と片付け競争なんていうことも楽しいかも。また、片付ける素振りが見えた時に「片付けようとしてるんだね」と声を掛けるのも良いでしょう。



かんしゃく

急に怒ったり泣いたり...困った



思い通りにならず、かんしゃくをおこしたり、やり方がわからず困ったり、気持ちが落ち着かずイライラしたりしているかもしれません。まずは子どもの気持ちを受け止め「嫌だったね」等子どもの気持ちを代弁してあげましょう。そして気持ちが落ち着いたら、正しい行動の仕方を教えてあげましょう。(こんな時はこう言ってね等) 早く静かにしてほしいからと、わがままの言いなりになることや、かんしゃくを叱ることは逆効果です。

切り替えられない

次はこれをして欲しいのに...

テレビを見たり、遊んだりしている時に、急に促されても、心の準備ができていません。切り替えの用意ができるよう「何時にこれをするから」等と、予告をしましょう。また、遠くから話されても自分に向けて言われたことだとは、気づいていないかもしれません。予告や話をする時は、相手と目を合わせて話しましょう。

～子どもに上手に伝えるポイント～

- ・子どもがしていることをやめさせる。
- ・注目させ、視線を合わせる。
- ・近づいて、穏やかに、静かに。
- ・して欲しいこと、やることを短い言葉で具体的に伝える。(複数の指示は出さない)



子どもが、して欲しい行動をはじめたら視線を合わせ、穏やかにほめるようにしましょう。

上記のような対応をしてもうまくいかない時は、園や学校で頑張りすぎてエネルギーが足りないのかもしれません。エネルギー切れの時に「頑張れ」と言われても、なかなか力は出せないものです。そんな時はコンディションに合わせた取り組みをしてみてもいいかがでしょう。





家庭では“ホッ”とひと息つきながら

学校、園、部活動やサークル、習い事、お友達と遊ぶ、公園や店舗に出かける…日常生活上よくあることですが、大なり小なり、そこは“社会”。社会に出たからこそ、嬉しさや戸惑いを感じることもあるでしょう。

他者を意識したり社会性が出てきたりすると、人はその集団内で適応しようと頑張ります。その力は社会の中で生きていく上で必要な力でもあります。

～私の子育て失敗談・・・～

入園により社会に一步踏み出し、何とか適応している我が子を見て『もっとできるんじゃないか』と過度な期待をし、家庭での着替えなどより短時間で任せようとカウントダウンを取り入れました。必死で間に合わせようとする姿に『やっぱり有効だ』と味をしめ、ことあるごとに濫用していきました。しばらく続いたある日、いつものように「5数える間にやろうね」とカウントダウンしたところ、「ママ、もう5、4…って言わないで」と泣きそうな表情で言われてしまったのです。

ハッとしました。子どもの“出来”しか見ていなかったのです。「園でできるなら家庭でも」と欲張っていた自分に気づきました。我が子にとって家庭は“園”ではなく安心できるはずの“我が家”だったのに、と反省しました。

成長した子どもと、その頃の話になった時に「あの時、“もし間に合わなかったら、どうなっちゃうんだろう”って思っていたんだよ」と語っていました。慌てたり不安になったりしていたのだと思います。あの時、嫌と言われなければ可愛い我が子に苦しい思いをさせ続けていたことでしょう。

親は、誰でも我が子に期待をします。何かができるようになれば、さらに上の課題を…と願います。《 這えば立て、立てば歩めの親心 》です。

カウントダウン自体が悪いことではありません。期待をすることは大切で、それが良い効果を生むこともあります。家庭では何もさせなくていい、保育・教育機関が生活上のことを教えればいいというわけではありません。基本的な生活やしつけの面を教えていくのは家庭がメインとなります。集団の中ではお子さんのペースでとはいかないことが多々ありますが、家庭では個々に対応できるからこそ、時間的にも気持ちの面でも余裕をもたせた中で取り組ませてあげられるというメリットがあるのではないのでしょうか。家庭は外で使い果たしたパワーの充電の場でもあるのです。

外で頑張ってきた子に対して帰宅し間髪入れずに「園や学校のできるのだから、同じように頑張れ」ではなく、家庭では“ホッ”とひと息つきながら。

