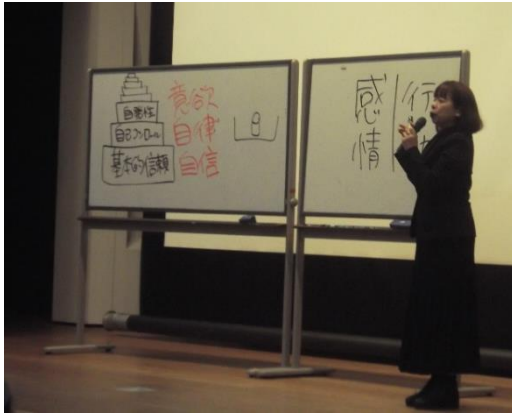


「10 歳までの子育て＋10 歳からの子育て」の様子

【第 1 回】10 歳までの子育て

講師：津村 薫さん（女性ライフサイクル研究所フェリアン）



10 歳までの子育てで大切にすることは、

◆自信を育む（＝基本的信頼）

「自分って大事なんだ」という自信を育むことが、人格の土台になります。「あなたが大事！」を言葉や肌で伝え、子どもが「自分はかけがえのない存在なんだ！」と思える関わりをしましょう。例えば、いっぱい抱っこ、よく話を聴く、ほめるなど。

<よく話を聴くポイント>

★まずは、正しい・間違っているは置いておいて、子どもの気持ちをそのまま受け止めましょう。気持ちを受け止めて、子どもが落ち着いてから、話をしましょう。

★例えば…

子どもがお友達をたたいてしまったとき

保護者：「なにがあったのか教えてくれる？」

子ども：「あの子、〇〇ちゃんがこんなことした！言った！」（体がこぼりワナワナ）

×「言い訳しないの！」 ×「だからってたたいていいの？」

保護者：「そうかあ。それで腹が立ったんやね。くやしかったね」

子ども：「うん…」（ほっと体の力が抜ける。ようやく大人の話が聴ける状態に）

保護者：「腹立ってくやしい気持ちになったのはよくわかったけど、だからといって、お友達をたたいたらいけなかったね」

★どんなに身勝手な言い分でも、否定的な感情でも、自分自身の気持ちと言えることはとても良いことです。感情（腹が立つ）を言葉にして認めてあげて、行動（お友達をたたく）とは区別しましょう。

★10 歳を過ぎてしまったら、基本的信頼を育むことはもう間に合わないのでしょうか？間に合います。幼児期よりも、余分にエネルギーや時間はかかるかもしれないけれど、人間はさかのぼって育ちなおす能力を持っています。

◆自立を身につける（＝自己コントロール）

「自分も大事だけど、相手も大事」を学びます。社会には守るべきルールがあることを身につけるのが次の課題です。子どもがルールを守る力を身につける手助けをしてあげましょう。



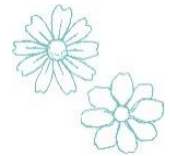
<よくあるこんな場面>

スーパーで、子どもが「買ってー！！」と泣きながら床に寝転がっている

保護者：「ダメって言ったらダメ！！」

子ども：「いやだー。わーん。」泣きながら保護者の後をついていく。

保護者：「いつまで泣いてるの！しつこい！」



<どうしたら、ルールを守る力が身につくのでしょうか>

★まず、「今日は、お菓子1個だけ買っていい日(「〇△円までの物ね。）」「今日は買わない日」といったように、あらかじめ、子どもの意見も取り入れながら、お約束をしましょう。

★「今日は買わない日」と決めたら、泣こうがわめこうが、買わないようにしましょう。

子どもがほしいと言いついたら、「見たらほしくなったんだね。でも、今日は買わないお約束だったね」と、「気持ちは認めるけど、お約束以外の日には買わない」ことを、根気強く伝えましょう。「あ！」と好きなものを指さしただけで「ダメ！」ではなく、「それ好きだもんねー」「うん。ほしいな」「そうだよねえ。今度のお約束の日におうね」

★子どもにとって、ルールを守るための我慢は、いつかどこかで必ず乗り越えないといけないことです。これができないと、学校生活でも社会生活でも困りますね。そのために、繰り返し、繰り返し、子どもに伝えましょう。子どもが泣きながらあなたの後をついてきたら、「涙が出るほどほしかったのに、我慢できて偉かったね」と褒めてあげてくださいね。そのうち、気持ちよく買ってもらえる日もあることを子どもは理解していきます。

◆意欲を育む(自発性)

★「この子は、何をしているときに顔が輝いているか」をよく見て、大人から見たら無駄に思えるようなことでも、子どもの「やりたい」、「好き」なことを大切にしましょう。

★暇と退屈の中から自発性は生まれます。暇で退屈な時間を奪い取るゲーム三昧な生活、習い事ばかりで自由時間がない生活は見直してみる必要があります。習い事は決して悪くありませんが、余裕がない生活は再点検の必要ありです。

★自分で選択して失敗する体験も大事。人生は選択の連続。小さいうちから、子どもに選択させて、練習しておくことが大切です。小さなつまづきを繰り返して子どもは成長します。

★うんと遊ぶことは本当に大切！夢中で遊び込むことがその後の生きる力になります。

参考文献 村本邦子・窪田容子「今からでもできる心豊かな子育て」三学出版

村本邦子・津村薫『子どもの叱り方』三学出版

♡アンケートより♡

- ・今日から早速実践して、子どもとの関係をよくしていきたいと思いました！
- ・子どもへの接し方を改めて見つめ直すきっかけになりました。
- ・子どもにばかり目が行きがちですが、自分の心と身体の状態をよくすることが、子どものためにも大切なことだと分かりました。
- ・具体的な事例や声かけなども教えていただけて、とてもためになりました。
- ・適度に身体を動かしながら話が聞けてよかったです。
- ・「今からでも遅くない」という言葉をいただけて、気持ちが楽になりました。

