

子育て・親育ち講座（1月12日）を開催しました



『こころ』も『からだ』も育む子育て②
～どうしたらいい？子どものイヤイヤ、親のイライラ～
講師：楽育のたね主宰 中島みちる氏



～講座の内容の一部をご紹介します～



■子どもはどうして「イヤ」って言うの？

「イヤって言わないの」「出た、イヤイヤ期」など、周りの大人が“イヤ”という言葉を実日常生活中に使っていると、子どもはそれを聞いて覚え「イヤ」と言い出すようになります。

■子どもは「イヤ」を伝えたいわけではありません

何回も「イヤ」と言うのは「イヤ」という言葉しか知らないからです。本当に伝えたいことは何なのか、一緒に探してあげましょう。「イヤ」を違う言葉にすり替えて（例：かなしいね、ねむたいね、おなかすいたね）、くり返し語りかけることで「イヤ」は減っていきます。

■普段の口ぐせに要注意！ポジティブな言葉かけを

私たちの脳は、普段の口ぐせに支配されてしまいます。例えば、「どうせできひんし」と言い続けていると、脳は「自分ではできない」とインプットしてしまうので、本当にできなくなってしまうのです。

「うれしい、楽しい、わくわくする、好き、幸せ、おもしろい、気持ちいい」など、周りの大人が、ポジティブな言葉をたくさんかけてあげましょう。それが、そのまま子どもが身につける言葉になります。



参加者の声

- 子どもはちゃんと親の姿を見て成長するのでしっかり聞いて寄り添うことを大事にしたいと思いました。
- 今まで自分がネガティブなワードばかり使っていました。これからはポジティブな言葉を使うように心がけようと思いました。
- 講座を受けて、周りの使う言葉が本当に大事なやつと改めて気づかされました。
- 子どもへの声かけを普段どのように分かりやすく丁寧に伝えたらいいのか、分からないまま子育てをしていたのでとても良い話を聞くことができました。

≒子育てコラム≒ 「大きくなったね！」

寒さが和らぎ、春の訪れが待ち遠しい季節となってきました。

この一年を振り返ると、『大きくなったね。』と思える出来事がたくさんあったのではないのでしょうか。園の子どもたちの成長も目覚ましく、『大きくなったね。』と嬉しくなる場面がたくさん見られるようになってきています。初めは不安で泣いていた子どもたちも、安心した環境の中で、自分の思いを出しながら探索活動をしたり、大好きな保育者や友達と過ごす中で言葉が増えてきたり、友達と一緒に楽しくて、真似をしたり、場を共有したりしながら、一緒に遊ぶ姿も見られるようになってきました。

目に見える成長だけではなく、嬉しい気持ちや楽しい気持ち、不安な気持ちや悔しい気持ちなどを、身近にいる保育者に丁寧に受け止めてもらったり、気持ちに共感し、寄り添ってもらったりすることで、安心して“やってみよう！”といろいろなことに挑戦しようとする姿が育まれています。また、温かいまなざしで見守ったり、応援してもらったりすることで、“やったー、できた！”という達成感を味わい、出来たという経験が『心の成長』にもつながりました。改めて、“子どもが今どう思っているのか”という気持ちに気付き、寄り添い、共感していくことの大切さを感じています。子どもたちの心を大切に育てていきたいですね。

春は始まりの季節です。また一つ大きくなっていく子どもたちが心をときめかせ、いろいろなものと出会い、“やってみよう！”と挑戦しながら成長していく姿が楽しみです。

保育園・こども園では、来年度も園開放『きつずらんど』（年数回）を予定していますので、よかったらお子さんと一緒に遊びに来てくださいね。



<公立保育園・こども園 子育て支援担当より>