



青森市子育て

サポートセンター

H27. 7. 9 発行 Vol.7



※青森市子育てサポートセンターでは、家庭教育に関する学習機会の提供(青森市内の小中学校で行われている家庭教育学級の運営サポート、子育て講座《きらきら塾》や、発達に心配のあるお子さんに関する講座《うとう塾》の企画運営)、情報収集と発信、また子育て相談の対応等を行っています。



「親の子どもへの関わり方」

3回シリーズ



講師
青森県総合高等学校
教育センター
野々口浩幸さん



① **子育てに活かせる「自己診断」**
 では、最初の質問は《親としての「子育ての目標」》(どのような人間(大人)に育てたいか?)でした。皆さんは、具体的に考えたことがあるでしょうか?講座では、親自身のパーソナリティの特徴を交流分析とエゴグラムを使って知り、実際の子どもの関わり方を考えました。そして、親のパーソナリティ(厳格・優しさ・冷静・明朗・素直)が、子どもにどのような影響を与えるのか学びました。

また、子育ての目標として、「子どもが、自分らしい生き方ができる下地を作ってあげること」、「自分の人生のあり方を、自分で責任をもって決めることができるようにすること」を挙げました。そのためには「親が子どものありのままの姿を受け入れたふれあいが大仕事」で、自他の存在や価値観を認めるための働きかけは《聴く》こととであること、そして聴くことはコミュニケーションをスムーズにして信頼できる深い関係性をつくるために不可欠なものである」とわかりました。

② **思春期は大変? 相談現場から見てくるもの**では、思春期になると、子どもが求める親の「しじ」は、「指示」ではなく「支持」

だということ。とくにこの時期は支配と服従の「縦の関係」ではなく、尊敬・信頼・共感という「横の関係」で、子どもを一人の人間として対等に扱われることが大切だということがわかりました。

そして「子どもが自分の人生の課題を自らの力で解決する能力がある」という自信が持てるようにすること」というアドラー心理学の「勇気づけの子育て」が必要になってくること。この「勇気づけ」のかかわりは、子どもが自らの困難を克服していくエネルギーとなっていく。人間は正しい知識やスキルを持つていても、それを行動に移すために「勇気」が必要なきもありません。子どもが人生の壁を乗り越えなければならぬときに、親が「勇気づけ」の対応をして、子どもの背中を押してあげることができると、子どもは安心して前へ一步を踏み出せます。

また、子どもの短所を長所に置き換える「*リフレーミング」も参考になりました。



③ **学校に行きたくない? 行けない? 不登校やいじめ問題について考える**では、昔(親たち以上が子どもだった時代)と最近の子

*リフレーミングの一例

うるさい	→	元気・活発
がんこ	→	意志が強い
だらしない	→	おおらか
わがまま	→	自分を大切に
話し下手	→	聞き上手



どもたちの質的変化について話しあいました。

そして、自己肯定感が低い日本の子どもたちの現状から「不登校やいじめの問題」についての調査や野々口さんの体験談等から家庭での子どもへの対応を知りました。ここでも大事なことは「子どもの話を聴いてあげること」がポイントでした。

そして不登校は「家族の理解・家族の受容・家庭と学校のつながり」の対応が大事だということも分かりました。

最後に、**勇気づけの魔法の言葉**「ありがとう、うれしい、助かった」という感謝の言葉は、家族だけでなく日常の人とのかわりの中で使って行きたいと思いました。

～参加者の感想の一部をご紹介します～

- ・とても勉強になりました。たくさんあったので一言では書けないくらいです。
- ・子供のことで悩みがあって短所ばかり見えていたのですが、リフレーミングで置き換えることによって、気持ちが楽になりました。
- ・思春期はほめる・しかるではなく「勇気づけ」!! 信頼関係は無条件。
- ・反抗期は主張期だということ。ほめると副作用がある。勇気くじきをしない。
- ・勇気くじきをしたら2倍3倍の勇気づけをする。
- ・グチ・弱音・本音を聞ける環境作りが大切だということを心がけたいと思いました。
- ・今の自分の子育てが、子供が親になった時に影響してしまうこと。
- ・反抗期は主張期だということ。
- ・ほめることよりも「勇気づけ」という考えは新鮮でした!

鳴海先生の子育てQ&A



児童心理治療施設「青森おおぞら学園」
施設長 鳴海明敏さん

「チャイルドラインあおもり」で子どもの声を電話で受ける活動もされている鳴海さんは、とてもわかりやすく私たちの疑問や質問に寄り添ってくださいます。

この時期の子どもの声は、電話で受ける活動もされている鳴海さんは、とてもわかりやすく私たちの疑問や質問に寄り添ってくださいます。

この時期の子どもの声は、電話で受ける活動もされている鳴海さんは、とてもわかりやすく私たちの疑問や質問に寄り添ってくださいます。

Q 小学校中学年の子どもの帰宅が遅く心配です。特に時間が自由な友人と遊ぶ時は帰りが遅くなりがちです。友人の連絡先もわからず他の方々に探してもらったこともあります。帰宅時間や友人との関わりについてどのように話したら子どもが納得するのでしょうか。



A 小学校中学年は、以前ご紹介した「子育て四訓」でいえば、「少年は手を離せ、目を離すな」の時期の入りかけでしょうか。この「手を離して、目を離すな」という時期の、親の姿勢を実感するために、子どもが自転車に乗る練習をしている場面を思い出すがいいと思います。しっかりと握っていた手を離して、ふらふらと自力で前に進む様子を見守っている時の感覚です。転んで膝小僧をすりむくくらいは仕方ありません。でも、道路に飛び出して車に向かって行ったりしたら、走り寄って断固としてストップさせますよね。成長のそれぞれの段階にはその時期に取り組まなければならぬ「特有の課題」があるという考え方が心理学にあります。「発達課題」といいます。小学校中学年のこの時期は、「同年齢同性の仲間とつきあうこと」が課題です。のび太くんやジャイアン、スネ夫たちの日常を思い浮かべて下さい。この時期は「ギャング・エイジ」と呼ばれることもあるくらいで、大人の目を盗んで仲間だけの秘密を持ち、ルール違反や小さな悪さをするのが特徴です。では、この時期の子どもたちに大人はどのように関わっていくべきなのでしょう。私は、①これまでの親子関係を信じて、黙って見守ること（手を離すこと）、②自分の子どもが、どこで誰とどんな遊びをしているのか、出来る限り把握すること（目を離さないこと）、③子どもたちの悪さやルール違反を見つけたときは、しっかりと叱つてあげることがポイントだと思っています。いいタイミングでしっかり叱るためには、門限など「我が家ルール」を決めておくことが必要です。また、ルールを守れなかった時にはどんなペナルティにするか、ということも話し合っておきたいところです。さてご質問ですが、このお子さんにはちゃんと「仲間」がいる、仲間との時間を大切にすることも出てくるようですね。「発達課題」という考え方をみると順調に成長しているように思われます。一方お母さんの方は、手を離すことは出来ていないけど不安が大きくなっている状態のようですね。つまり①はオッケーだけど、②と③が不十分という感じですね。「我が家ルール」をもう一度確認し、子どもの遊び仲間の情報を集め、ルールを守れなかったときのペナルティについて話し合うことが必要なんだろうと思いました。さらに、子どもさんが納得するかどうかを気にしておられると思いますが、この点については親の役割です。子どもが納得しなくてもいいのです。ルールを守らない時は、あらかじめ決めておいたペナルティをやっつけてもらいましょう。でも、どんなペナルティにするかについては、子どもさんの希望・意見を反映させるために時間をかけて話し合うのがいいと思います。

初めの一步を踏み出そう!

うとう塾



5/19「発達障がいってなあに? ~気になる子への対応~」

講師：青森県発達障害者支援センター
「ステップ」支援員 千葉 未由里さん
銭谷 誠さん

第1回目の講座では、発達障がいの気になる子どもたちの様々な課題を解決するために、発達障がいを理解して、それぞれの時期に必要な関わり方や考え方を学びました。

「苦手」と「得意」の差を理解する

発達障がいとは、生まれながらの脳の働き方が大多数の人とは異なり、情報処理の仕方が違います。苦手な部分にはカードなどを使って視覚的に伝え、理解しやすい方法を学びました。

また、発達障がいは「発達凸凹」と表現されることもあります。これは、知覚・理解・記憶・推論・問題解決などの、能力の高い部分と低い部分の差が大きい人のことをいいます。苦手なところがある反面、突出して得意なところもあるので、その部分を生かす環境を整えてあげることが必要です。

講座の中で紹介されたDVDでは、様々な障がいを持っている本人や、親がどのように困っているかがわかりました。

本人には本人のペースがあり、行動を肯定的に注目して具体的にほめる・励ます・認めることが大切だと知りました。

「叱る」の判断に気をつけて

とてもドキッとしたのが、「怒る」と「叱る」の違い。普段子どもに注意するとき「怒る」になっていませんか?感情的に言う「怒られたことだけ残ります。叱るときには基準を統一し、「どうして欲しいのか」「なぜだめなのか」を伝えることが大切です。

「プラスを伝えれば、プラスが返ってくるマイナスを伝えれば、マイナスが返ってくる」という言葉が印象的でした。



6/23「あれ〜?と感じたら どうしたらいいの?」

〜どこに相談し、どんなサポートがあるの〜

講師：青森市障がい者支援課
淋代 充子さん・奥崎 彩華さん
青森市健康づくり推進課 水沼 幾代さん

お子さんの発達や行動(落ち着きがない、コミュニケーションがとりづらい、言葉が遅れている、友だちと遊べない等)に心配事はありませんか?

乳幼児健診などで、保健師さんが気をつけているポイントや、発育に遅れのある子どもへのケアを電話や訪問で行っていることを知りました。親の相談を聞いて、子どもの様子を観察し、発達に心配のある子へは支援施設の紹介や、受けられるサービスや手帳など、どのようなことが必要かを一緒に考えてくれます。まずは、発達障がいについて理解を持つこと、そして子どもに合った支援が必要だということを学びました。

発達障が気になる…そんな時はこちらへ ~教育相談室~ TEL 743-3600

学校でのお子さんの様子や学習・生活に心配なことがありましたら「相談窓口」を訪ねてみませんか?相談窓口はいろいろありますが、栄町の東消防署の4階に青森市の教育相談室があります。同じ階の就学指導室では、就学指導を希望される方の検査申込みのご相談を受けています。

青森市子育てサポートセンター

青森市子育てサポートセンターの運営は、私たち「青森市家庭教育サポーター連絡会」が、青森市教育委員会から家庭教育事業を受託して行っています。「青森市内で子育てをしている保護者のみなさんのお役に立ちたい!」という熱い思いで、活動に取り組んでいます。

TEL・FAX 017-774-6537 〒030-0813 青森市松原1丁目6-3 サンピア(勤労青少年ホーム)2F

Eメール aomorishi-saposen@arion.ocn.ne.jp ブログ <http://blog.goo.ne.jp/saposenrarara>

【開設日時】 毎週火曜日 10:00~13:00 7月中旬までは木曜日も開設 13:00~16:00

