



カウンセリングだより

保育観察エッセイ④

はったつがみえるよ!

～ぶんかのこどもたち～

キンダーカウンセラー
宮本 祐子

♪幸いにも、私はキンダーカウンセラーとして、子ども達の中に入って一緒に遊ぶことができます。

毎月1回の訪問で、触れ合う時間は限られていますが、頻度が少ない分、子ども達の成長を感じられることが多く、毎回生き生きとたくましく変わっていく姿がとっても楽しみです♪

3 学期の相談日は 1 月 17 日(火)、2 月 14 日(火)、3 月 7 日(火)です。
となたでも、お気軽におこし下さい。
また、2 学期より毎週火曜日に、子育て支援室「ぶんかベビーカフェ」で
乳児の子育て相談や各種情報・資料提供をしています。
ご近所の乳児子育て中の方には是非お知らせ下さい。
(「ぶんかベビーカフェ」2 学期は 12/20 まで、3 学期は 1/10 からやっています)

クリスマスのデコレーションや色とりどりのイルミネーションが、華やかに街角を飾る季節になりました。運動会から始まった2学期は、おもほりや遠足、作品展など、色々な行事がありました。子どもたちは、様々な経験を積んで、またひと回り大きくなったように感じています。私は月1回の訪問で、各クラスにお邪魔してたくさん子どもたちと関わりたいと思っているのですが、なかなか思うように動けずぐ限られた時間になってしまいます。そんな短い時間しか訪問できていないのに、廊下などでよく子どもたちに声をかけられます。そんな子どもたちの観察力と記憶力には、あらためて驚かされます。彼等彼女らは、大人たちが想像する以上に日々の生活の中で色々なことを見聞きして、感じ取って大きくなっているんだと思います。大人は日々あわただしい生活を送っていますが、子どもたちのことを見守り、耳で聴き、心で感じて一日一日を大切に過ごしていかないといけないなあってあらためて思います。

しかし日々の子育ての中には、思うようにいかずイライラしてしまうこともあるかと思えます。子どもが生まれ、親になればひとりでの子育てができるようになるものではなく、子どもへの愛情が深ければ子育てがうまくいく訳でもないかもしれません。子育てには「コツが必要」なのです。

イライラしてしまう時、子どもの良くない行動や言動によるものかと思いがちではないでしょうか。ですが、イライラしてしまう裏側には、親の言う通りにしてほしい、親の言うことは常に正しい、子どもを思うように動かしたいという目的が透けて見えるような気がします。例えば、子どもが夜、お風呂の時間なのにテレビに夢中になっているとイライラしてしまうのは、家事の残りが残り焦る気持ちや、何度言ってもわかってくれないといった落胆や悲しみの気持ちがあって、それが満たされないからついイライラおこってしまっているのではないのでしょうか。では、どうしたらいいのか。

そういう時「何であなたはいつまでもテレビを見ているの!」と相手を主語にして言うと、子どもは自分が非難されている、攻撃されていると思ってしまいます。ここで素直に「あなたにお風呂に入ってもらわないと、お母さんは片付けが遅くなって困ってしまうの。テレビはお風呂から出てからにしよう」と、とても助かるんだけど」と、声をかけてみたら気持ち良く行動できるんじゃないでしょうか。また、自分にイライラしてしまう時は、頑張りすぎたり、我慢しすぎたりしている時です。そんな時は自分の気持ちに素直になって「できないことはできない」と断ったり、周りの人に頼ったりしましょう。

これから年末にかけて、子どもたちもお家のお手伝いなどしてくれるかと思えます。そんなお手伝いの途中で「あんなに気をつけなさいって言ったのに、やっぱりこぼして!」とつい怒ってしまわずに「私、本当はどうして欲しかったのかな?何のためにこんなことをしたのかな?」と、原因を探るよりも目的を考えてみて下さい。そうすると「じゃあ、こういう持ち方をしたらうまくいくんじゃない?」と提案ができ、子どもは意欲をそぐことなく、工夫しようという意欲が芽生えるはずで。

それでは、みなさま良いお年をお迎え下さい。3学期に元気な子どもたちに会えることを楽しみにしております。

キンダーカウンセラーとして、園を訪問させていただいております臨床心理士の宮本祐子と申します。普段は大学の付属機関の心理・教育相談センターで、主に就学前～中学生のお子さんについて、保護者の方々に、発達及び諸々の相談をしております。毎月1回、蛭池文化幼稚園にて、保護者のみなさまがお子さんどう関わったらいのか～?など子育ての心配や、ご自分について、またお子さんのお友だち同士の関わりや園での生活の心配などの相談にのらせていただいております。費用の方は幼稚園で負担して下さいますので、保護者の方々の負担はありません。また、園児の保護者以外の方も参加可能です。どんな些細なことでも「ちょっと聞いてみたいな～」「こんなときどうしたらいいかしら」というときに、お気軽にお越しください。