



すまいるだより

「困ったことを相談できる体験を」

vol 28

【子育ての「相談」】
子育て世代包括支援センター
「えがお」（健康福祉課内）
電話 0241(62)6170
メール egao@inami-aizu.org

子どもには、成長過程でのトラブルがつきもので

す。学校の先生との行き違いや友だちとのケンカ、体調不良など、小さな出来事が原因となることも多く、大きな問題になる前に解決することが大切です。

そこで必要となるのは、困ったときに、「子ども

が自ら相談できる力」です。トラブルを避けるのではなく、自分で解決できないことを誰かに相談できるように成長を促すことは、子どもの将来を支えることとなります。

今回は、「子どもが自ら相談できる力」を育てるために、両親や周りの大人が増やしてほしい三つの経験をお伝えします。

一 つ目は、子どもが感じていることを「言葉」にする経験です。そもそも自分の気持ちは、自分自身が理解し

ていなければ言葉で表現できません。子どもが自分の感情に戸惑っているときは、大人が代わりに言葉にする工夫を試みましょう。

例え、子どもが転んだと

まり「大丈夫、大したことないから、泣かないで」と声をかけた経験はありませんか。「声」をかけられた子どもは、「自分が感じていることは、大したことないんだ」と捉えてしまうかもしれません。

まずは「痛かったね」「びっ

くりしたね」など、子どもの気持ちをありのまま言葉にする。「大丈夫」の声かけは、最後に付け加えましょう。

こういった日常を繰り返す

ことで、子どもは困った状況に気づくようになります。

二 つ目は、話したことや相談したことを褒められる

経験です。相談をして助けてもらった経験が多い子どもは、大人になつてからも上手に人を頼れるようになります。

自分のできることは自分で

するようになり、子どもをしつけることも重要です。**た**だ、どこまで自分でできるのか、どこから人の手を借りるべきか、判断するだけの人生経験が子どもたちには少ないことを考慮する必要があります。

幼いうちから、一人でやるこ

を頼ることはよくないこと、恥ずかしいことだという感情を抱く可能性があります。

年齢にもよりますが、「靴下

が履けない」「魚の骨がうまく取れない」といった日常の

場面で、「できないからやってほしい」と子どもから伝えられた

とき、「困ったことを教えてくれてよかった」と認めることは

有効です。もちろん、一人でできたことを「できるようになったね」と認めることも大切です。

保育所や幼稚園、学校生活の中

でも、相談することはよいことだと伝えてあげてください。**三** つ目は、相談してよかったと感じる経験です。相談したことで、トラブルが解決できればよいのですが、解決できないこともたくさんあります。

解決しなくても、相談した

ことで気持ちがすっきりしたり、味方になってくれる大人がいることを知ったりする経験が大切です。

両親や周りの大人に頼って

も何も解決しない、相談したら叱られると思っ

ている子どもは相談ができなくなり

ます。

トラブルに立ち向かうときは、親としても勇気がいるものです。立ち向かった結果が解決につながらなくても、親が自分のために動いてくれたことで、自分が大切にされていると、子どもは実感できるのです。

幼いうちから困ったこと

を相談できる体験をすることで、誰かに相談して物事を解決できるようになります。

人を上手に頼ることで可能

性が広がることを大人が知れば、子どもが相談しやすい環境が整うかもしれません。

【おすすめ図書】



「あのね あのね」
えがしらみちこ／作