



《言葉かけひとつで、子どもが変わる、言葉かけのスキル》

子どもと親の気持ちのすれ違いで、接し方の難しさを感じることはありませんか？

子どもには、本能的な欲求＝アタッチメント（不安な時にくっついて安心したい気持ち）があります。一日最低5分間子どもの遊びに寄り添うことで気持ちが落ち着きます。

声掛けの黄金ルール

NHK あさイチ 5月1日放送 より

① 3つのネガティブルールをやめ、ポジティブトークをする

〈3つのネガティブとは・・・〉

- ・命令 親が支配している感じを受けるもの。（どうしてもさせたいことなどは、あらかじめ知らせておくといよい）
- ・質問 命令や否定的な要素が出てくるもの。
- ・批判 自尊心を傷つけるもの。

〈ポジティブトーク〉 一日5分でOKです。

- ・ほめる 子どものしていることを繰り返す。理解し、行動を認めてもらっている感じがします。
 - ・子どもの行動を言葉にしてあげる。 親が注目していることが伝わります。望ましくないことをしたら黙って見過ごしてみるのも1つの方法です。
- 1つできたら褒める。何歳から始めても遅くはないのです。



② 親の気持ちを伝える。子どもからの理解度 1割アツフ術

- ・簡潔に伝えるようにします。 姿勢の悪い子に対して、「背中をまっすぐにしてね」などといってみてください。してほしい行動を伝えるようにします。（「姿勢悪いよ」などと否定的な言葉はつかわない）
 - ・どうしても今すぐ伝えたいとき、例えば遊びを続けている子に対して「もう 寝ますよ」と他に選択肢がないように伝えます。大事なことは必要最低限に伝え、一日5～6個までにします。その時は、落ち着いた声で伝えるとより効果的です。それでも伝わらない時は、5秒おいて2～3回繰り返してみてください。さらに伝わらない時は、安全であることを確認してその場所から親が離れるのも1つの方法です。
- できたときは、「早く寝ることができてかっこいいね」などと褒めてあげてくださいね。



③ 親は、見守る。子ども主導で

子ども主導で自由に表現できる（例えばお絵描きなど）遊びを、親が先走らず見守っていきます。
一日5分～20分 主導はあくまでも子どもです。子どもから誘われない限り、見守ってあげてください。
そのときは、子どもの動きや感じていることを言葉にしてあげてください。
2～3か月でこどもの爆発が減ります。

★親自身の感情のコントロールの仕方★

子どもの安全を確認しつつ別の場所へいく。目を閉じて心を落ち着かせる。心が落ち着いたら子どものところへ戻ってみる。 親も自分の気持ちを落ち着かせる時間をもつことが必要です。

「パパとあそぼう」を開催して

6月1日(日)に7カ月以上の未就園のお子さんを対象に宮田保育園にて、「パパとあそぼう！」を開催しました。毎回楽しみに参加されているリピーターの親子も多数みえる中、15組の父子が集まりました。お子さんの年齢が近いパパ達と一緒にすごすことができ、パパ達の表情も終始にこやかでした。

「わらっておはよう」の曲に合わせて体操をした後、「ブラブラおてて」「ちょちょ電車」「ノリノリでいこう」のふれあい遊びをしました。子どもたちからの「もっとやってー」という仕草に応えようと張りきるパパの姿があり、親子の笑顔が溢れ温かい雰囲気となりました。

《今回いただいた感想》

- ・父親同士の交流が持ててよかった。
- ・子どもと二人で遊ぶことができて楽しかった
- ・日頃、子どもとゆっくり遊べないので 今回一緒に楽しく遊ぶことができてとてもよかった。
- ・リズムにあわせて遊ぶことができてとても楽しかった。

令和7年度「パパとあそぼう」

(広報こうなんで募集します)

9月6日(土) 布袋北部地区学習等供用施設

12月7日(日) 古知野北公民館

(古北にじいろ会館内)

3月7日(土) 宮田地区学習等供用施設

♡ 《お母さん教室 後期受講者募集中》 ♡

初めてお母さんになられた方の子育ての応援と、お母さんやお子さんの交流の場として「お母さん教室」を開いています。

①おうち遊び ②生活リズム ③救急救命士による救命救急法・AEDの使い方

④赤ちゃんの冬のスキンケア ⑤手作りおもちゃの5回シリーズで行います。

毎回親子遊びやパネルシアターなどで楽しみ、子育てについての悩みや喜びを話し合うトークタイムもあります。お近くの会場でご参加ください。

◎時間: 10:00～11:00

◎定員: 各会場10組ほど

◎申込: 必要 広報「こうなん」8月号にて随時募集



場所	第1回	第2回	第3回	第4回	第5回
布袋北部地区学習等供用施設	10/2(木)	10/9(木)	10/23(木)	10/30(木)	11/6(木)
古知野北公民館 (古北にじいろ会館)	11/13(木)	11/20(木)	11/27(木)	12/4(木)	12/11(木)
古知野東公民館	12/18(木)	12/25(木)	1/8(木)	1/15(木)	1/22(木)
宮田地区学習等供用施設	1/29(木)	2/5(木)	2/12(木)	2/19(木)	2/26(木)
古知野西公民館	2/24(火)	3/3(火)	3/10(火)	3/17(火)	3/24(火)

※申込・問合せは 第1子育て支援センター ☎ 56-6337へ