

チャンス・チャレンジ・チェンジ

秋田県立養護学校天王みどり学園 加賀谷 勝



大好評! 保護者学習会

通信No.8の続編(感想文が届きました)

1 講話「あなたも今日から子育て名人」～よい言葉を笑顔で～

○子育てのキーワード

- 〈みんな いいところがある〉 短所に目を奪われずに、広いストライクゾーンを!
- 〈子どもが振り返ったときを見逃さない〉 不安や喜びを分かち合う!
- 〈しつけは繰り返し教えること、そして、待つこと〉 急がない、手を抜かない!
- 〈スキンシップが愛情を高める〉 親子のハグが優しい心を育てる!
- 〈思いやりは身近な人とともに育つ〉 人はいつも見ているものに、心が似てくる!
- 〈期待する喜び < 幸せにする喜び〉 過剰な期待は発達のみたまげになる!
- 〈ダメなことを言えば言うほどダメになる〉 子どもは評価されたように育つ!
- 〈可愛がられた子どもがいい子に育つ〉 甘え・えこひいきのすすめ!

2 楽しい演習

(1) 接近感情を増やそう ～拡大の目をもとう～

- ①相手のよいところを探してほめる→ペアになりお互いのよいところをほめ合う
- ②お子さんの「いいところ探し」→子どものよいところを書いて紹介する

(2) 短所を長所に変えよう ～逆転の目をもとう～

- ①リフレーミング→3つの言葉をプラスに変える(例:おしゃべり・がんこ・しつこい)
- ②自分の短所を隣の人に長所に変えてもらう

3 感想紹介

- ・「ほめたり、ほめられたりすると笑顔になる」、目からウロコでした。ほめて育てるほうがいいと分かっているけど、なかなかという現状でしたが、ほめるために子どもをよく見ることが大切なのだと気付きました。
- ・子育てのことを振り返り、様々考えることができてよかったです。元気でニコニコ過ごしてくれることに感謝し、一緒に歩いていきたいと思います。
- ・いつも叱ってばかりで、親として反省しました。子どもの心が満たされるような声かけをしたいと思いました。子どもに「なんでできないの」と言ってしまうことがあります。25%ルールでやっていこうと心を入れ直します。
- ・気持ちや捉え方を変えるだけで子どもとの接し方も変えられるんだな～と思いました。短所を長所に変えて子どもと付き合えたらと思います。
- ・相手のよいところを探す演習で、いつも息子が私に自分のできないことを頼み、私がやってあげたときに、「お母さん、すごい!」と素直にほめてくれることを思い出しました。これからは、息子にとってできて当たり前のことをほめてあげようと思い、それがこれからプラスになってくれればうれしなと思いました。
- ・もうすぐ4歳なのに甘えてくることにどうしたらいいのかと悩んでいましたが、甘えさせていいんだということが分かり安心しました。
- ・短所しか見えていない自分に気付き、はっとしました。自分の子育てを見直すいい機会となり、家に帰って気持ち悪いくらい子どもに優しく接していました。

「あなたは子どものよいところ・好きなところを すぐ言えますか?」