

教育支援センターだより

第13号 発行日 平成26年1月30日

子育てや家族、学校のことで悩んでいませんか？



【学校生活に関すること】

- ・ 不登校のこと、登校しぶり
- ・ 集団にうまく入れない、友達ができない。
- ・ いじめ
- ・ 勉強についていけない。

【子どもの成長・発達に関すること】

- ・ 吃音やチックなど気になるクセがある。
- ・ 言葉が遅れている。

【養育に関すること】

- ・ 子どもの気持ちを理解したい。
- ・ 反抗的になり接し方がむずかしい。
- ・ 食欲がなくなったり、眠れなくなったりしている。

【就学や進路に関すること】

- ・ 子どもに応じた支援先、進学先について知りたい。

ひとりで悩まず、お電話ください

★ご相談の流れ

受付の電話 ☎:60-1899

- ・ 今一番お困りのことや相談の内容について簡単におうかがいします。
- ・ センターに直接来て相談したいか、電話で相談したいかおうかがいします。
- ・ 連絡先などをうかがい、実際に教育支援センターに来る日程や時間を決めます。

電話相談

ご相談の内容によっては、お電話だけで終了する場合があります。

初回の相談

- ・ お電話で聞いたお困りのことについてさらに詳しくうかがっていきます。
- ・ うかがった内容をもとに見立てをお伝えします。
- ・ 教育支援センターでどのようなことができるか、方針をご提案します。

・ 終了
ご相談の内容によっては1回で終了する場合があります。

- ・ フォローアップ
- ・ 他機関の紹介

継続して相談する場合

☆ 保護者の方とは…

お子さんについての理解を一緒にしながら、親御さんが責任と自信を持って子育てに取り組めるようサポートします。

☆ お子さんには…

カウンセリングやプレイセラピー【遊戯療法】で気持ちの安定をはかり、自分自身や自分の行動についての理解を深めていきます。

* お子さんの理解をより深めるために、相談のなかで取り入れることがあります。

- ・ 発達検査、知能検査など
- ・ 医療相談【嘱託医による】
- ・ 学校、病院など他機関との連携、連絡

相談の終了

★昨年 11 月 25 日に開催いたしました講演会の内容を抜粋して掲載いたします★

子育て中の保護者のみなさまに、お子さんの成長や発達を見守る上で参考としていただければ幸いです。

「学びと育ちの心理学」 ～豊かな心を育てる親子関係～

森山 徹 先生 (むさしの発達支援センター所長)

◆◆◆個性について考えましょう◆◆◆

個性を大切にすると子育てとは



☆個性とは？

あなたの個性はどんなところですか？と聞かれたらどう答えますか？「そっかしい」、「のんびり」、「細かい」など、大人に聞くとネガティブなことが出てくることが多いかもしれません。

では、「お子さんの個性は？」と聞かれるとどうでしょうか？成長過程の子どもにおいては、“個性”という言葉は慎重に使う必要があります。好き嫌いは個性ではありません。子どものできないこと、苦手なことに“個性”という言葉を使う時、子どもにとってそれは向き合わなくてもよいものという認識になってしまいます。

“個性”という言葉は子どもに伸ばしてもらいたい面に使うのが望ましいでしょう。“個性”ではなく“可能性”と考えましょう。

☆自己肯定感とは？

自己肯定感とは、自分の欠点との握手から始まる“可能性”に目を向けること、つまり良い面も悪い面も受け入れて向かい合っていく力です。理想の自分と闘えば、100回闘って100回負けず。100点をとることが大事なのではなく、100点を目指すことが大事なのです。大人が自分のネガティブなところを受け入れられて初めて子どものネガティブな面を受け入れられます。自分の欠点と握手をしましょう。

◆◆◆愛情について考えましょう◆◆◆

子どもは大人をモデルに育ちます



☆言葉と行動の本当の関係

言葉が行動をコントロールできるかどうか考える時、大人が言葉をどのように使っているか、そしてどのように行動しているかを振り返ってみるとよいでしょう。言葉が言葉の意味通り伝わっているでしょうか。例えば、子どもが「ねえねえ」と話しかけてきた時、「あとでね」と対応したとします。その後、実

際に「あとで」聞いてあげた時、その言葉は言葉の意味通りに伝わっていると言えます。ところが、その「あとでね」がずっとやってこなかったとします。この時、「あとでね」＝「うるさい」として使われているのかもしれませんが、このように、**大人の言葉の使い方が子どものモデルになります**。大人が子どもに伝えているルールを大人自身が守っていない ⇒ 「ずるい」と言われることはないようにしたいものです。

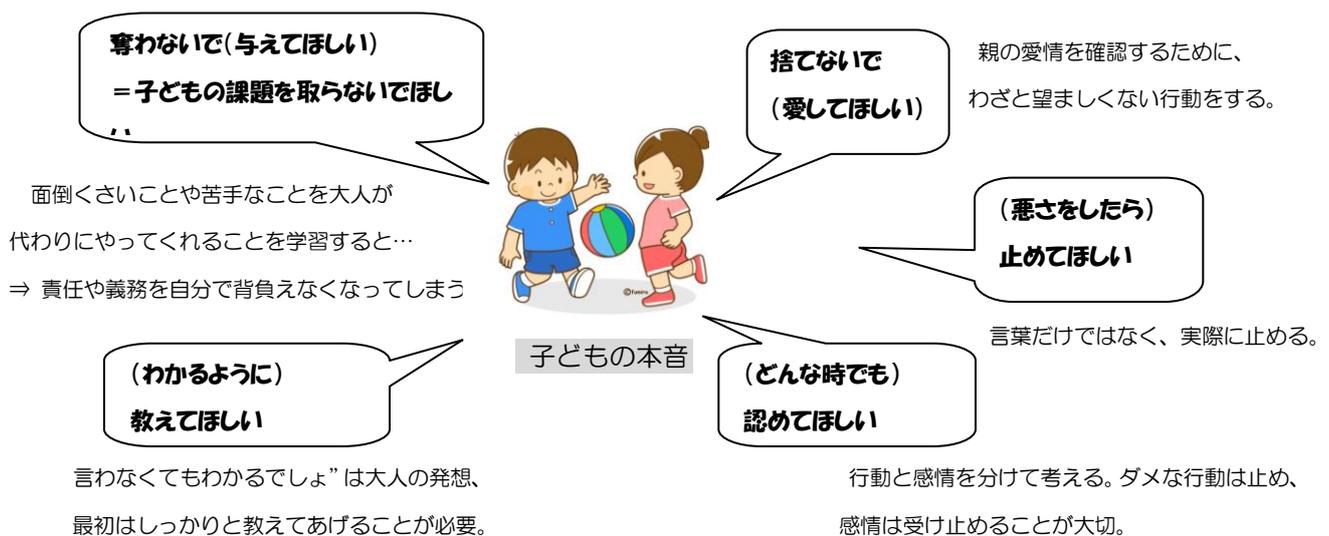
☆親にたっぷり甘えた人だけが、豊かな愛し方を示すことができる

親から受けた言葉や行動は全て子どもの愛情という引き出しに入ります。つまり、自分がどういう形の愛情を受けてきたかが、友だちや大事な人に対しての言動を形成します。例えば、親が子どもを叩いて育てれば、子どもは叩くことが愛情だと思い、愛情を示す時に「叩く」ようになるかもしれません。子どもは自分の知っている行動レパートリーでしか行動することができないのです。

「うざい」という言葉がありますが、それは親が子どもを心配し、愛情をかけていることに対する反抗の証拠です。「ずるい」ではなく、「うざい」は何度言われてもいい、「**子育ての勲章**」と言えます。

☆子どもたちは、本音に耳を傾けてほしいと切望している

子どもたちは5つの本音で生きています。大人に対して抱いている関わり方の欲求と言い換えてもいいでしょう。子どもたちの本音と、それを支える大人の立ち位置について考えてみましょう。



<子どもを理解し、見守る大人の姿勢を支えるしつけの原則>

3要素	身につくもの	十分に与えられない時
アタッチメント (健康的愛着)	基本的信頼感 自己肯定感、自尊感情	人間不信、大人不信、自己卑下、厭世観 情緒不安、警戒心、過覚醒、距離感のなさ
リミットセッティング (行動規範)	感情と行動のコントロール 倫理観、葛藤する力	自己中心性、幼児性、攻撃性、キレやすさ 破壊性、衝動性、反社会的志向性(挑戦性)
デタッチメント (自立・自律)	時間的展望、謙虚さ プライド、愛他的精神	*アタッチメント・リミットセッティング不足⇒ 高い依存性、対象を失った怒り、強い攻撃性

☆アタッチメントを身につけるために

アタッチメントをしっかりと身につけるためには「破壊と再生」をちゃんと繰り返すことが大切です。赤ちゃんが泣いて壊れた世界は、親が優しく抱っこしてくれることで再生されます。しかし、泣き止まないことにイライラしたり、子どもの顔以外のもの（スマホ、テレビなど）を見ながらの抱っこでは再生になりません。

子どもにとっては、怒られることも破壊の一つです。怒った時には、子どもの世界をちゃんと再生してください。親が怒っているととても不安になりますので、“終わったよ”ということをやちゃんと子どもに伝えてください。一番切り替えが子どもに伝わるのは、一緒にあったかいご飯を食べることです。

破壊と再生がしっかりと繰り返された子どもは、いろんな壁と向かい合う力をつけていきます。破壊されっぱなしで再生されない経験を重ねると、苦手なものから逃げたりいやなものを遠ざけたりするようになります。

◆◇◆子どもの成長の可能性について考えましょう◆◇◆

☆「学び」の意味とは

就学前に、日常生活や体験の中から身につけた知恵や能力（スキル）に意味を与えていくのが学校の教育です。

例) お菓子を分けた時に余りがあったという経験が「余りのある割り算」として意味を与えられる

<学びの壁>

①小1プロブレム、中1ギャップ

学ぶ環境が大きく変わることによって生じる壁で、環境の違いを乗り越えて慣れればある程度解消することが可能な壁です。

②9～10歳の壁

自然と越えられる壁ではありません。「できる学び」を積み上げた子どもだけが「わかる学び」に進んでいくことができます。

◎できることにこだわる学び……低学年

置き換えの学習（お金などに置き換えることが出来る1万未満の数、象形漢字など）

◎わかることを大切に学ぶ……中・高学年

置き換えができないような数の大きい学習や科学的な探究心、文学的な感性など

⇒ 目に見えないところをイメージして考える力が必要

<学びはサービスを受ける発想からは生まれない>

サービスを受けるということは、自分にとって価値があるものや必要なものだけを選ぶことです。しかし、学校は学びを通して自分の可能性を広げる場であり、**子ども自身にとって価値があるかわからないものや苦手なもの、嫌いなものと向き合い、可能性を探ることが大切**なのです。

☆子どもの成長過程で身につけたい心のありよう

心のありようを決めるのは、「共有・安全・公平」なルールやマナーを守ることです。どうしたらいいのか模範解答が言えることではなく、自分の気持ちと向かい合ってプレーキを踏める力を身につけることが大切なのです。

◎ルールを知っていることよりも守れること

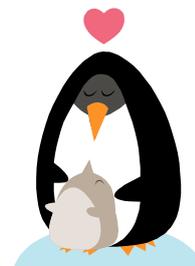
守れないまでも守ろうとすること

守れなかったときに反省できる心

◎ どうすればいいか答えられることよりもそうできること

できないまでもチャレンジすること

できなかったときに悔しがれる心



無断での複製、引用、ネットへの掲載などは固くお断りします。問い合わせなどありましたら、下記までお願いいたします。

発行	武蔵野市教育委員会	教育部教育支援課	教育支援センター
所在地	〒180-0001	武蔵野市吉祥寺北町4-11-37	
電話番号	0422-60-1899	FAX	0422-60-1922