

子育て支援だより

「子育てワンポイントアドバイス」

第80回 「夏休みこそチャンス」

こころの相談員 小林 節子

夏休みは一日中子どもと一緒に過ごす親にとって、ストレスの多い時期だと嘆く方がいます。それは、子供が親の言うことを聞かず、生活習慣が乱れたり、テレビやゲーム、漫画づけになっている子供のことが気になってしょうがない。ちっとも勉強をしない。などなかなか親の期待通りの行動を子どもがしないためでしょう。

そこで、つい口やかましく子どもを叱ってしまうけれど、ちっとも行動に改善が見られず、またストレス。というわけですね。小、中学生の子どもとは、最低限の約束やルールを取り決めましょう。たとえば、食事の時間を知らせたら、その時間に食卓に着かなければ、さっさと片付ける。そうして空腹を経験すれば、次からはきちんと食事の時間を守るでしょう。家事の一部を手伝いとして課したら、必ずさせましょう。もしお風呂掃除をさぼったら、その日は家族もお風呂を我慢する。そして、自分が約束を守らないと、他者にも迷惑をかけることを学ばせましょう。母親はつい、「仕方がないわねえ」と、子供を甘やかして、子供が経験から学ぶ機会を取り上げてしまいがちです。

勉強や、部活動を優先させて、子どもに家の手伝いをさせないというのも、夏休みには見直しましょう。そして約束を守ったときは、以前この欄でお知らせしたように「あなたが約束を守って、責任を果たしてくれて、お母さんはとてもうれしい」というようにアイメッセージで伝えてください。約束や、ルールは子どもの年齢や発達に見合ったものにすべきなのは当然です。子どもがルールを破った時も、「あんなに言ったのにどうしてできないの」と、叱るより、「ルールを守ってくれなくて、お母さんは悲しいわ」というアイメッセージのほうが有効です。

※小林相談員は、あさひ園・カンガルーあさひなどで相談活動を行っています。

7月活動報告



あさひ園（七夕集会）

集会では、おり姫とひこ星のお話を聞きました。

3, 4, 5歳児は、七夕飾りを作ったり、短冊に願い事を書いて飾ったりしました。

