

子育て支援だより

「子育てワンポイントアドバイス」

第186回 「子どもへの声かけテクニック②」

作業療法士 塩津 裕康

作業療法士の塩津です。前回『安全基地』を取り上げて、親子の絆を深めるための声かけテクニックをお伝えしました。今回は、親子の信頼関係を築いた上で『子どもへの指示の出し方』についてお伝えします。いわゆる子どものしつけの中で、ゴールは各家庭であると思いますが、それを達成するための手段として声かけテクニックをお伝えできればと思います。

1. ズバツと直球！具体的に！

子どもに考えて欲しい・選択肢を与えたい時は、質問形の声かけが良いのですが、子どもにして欲しい意図があるのであれば、「〇〇してください」といった直接的命令形で伝えましょう。メッセージが伝わり、子どもの混乱を避けられます。

また、声かけの内容が抽象的（例：良い子にしてて、カッコよく、など）だと、子どもは何を期待されているのかわかりません。具体的にわかりやすくすることを心がけましょう。

2. 肯定的な言葉で！

「して欲しくないこと」ではなく『して欲しいこと』を伝えるようにしましょう。子どもに「何をしてはいけないか」ではなく『何をしたら良いか』が伝わります。

3. 1度に1つ！

複数の声かけは、子どもがその内容を覚えることが難しいです。できるだけ、1度に1つの内容の声かけを心がけてください。そうすると、子どもは覚えやすく、こまめに褒めてあげられます。

4. 普段の声の大きさで！

特に感情的になってしまっている場面では、ついつい「大声」になってしまいます。大声での声かけは、子どもが怖いから従うだけになり、その背景の意図も伝わりません。また、大声を上げた時のみ指示に従うようになることや、その大声になれていき大人の声のボリュームだけが增大していく負の連鎖に陥ってしまいます。

本気で伝えたい時こそ、落ち着いた普通の声で、『〇〇してください』と伝えることが大切です。

●まとめ

この他にも、発達年齢に応じた声かけ、声かけ前後の説明、声かけは必要な時だけにする、などいくつかポイントはあります。ただ、誰しもが完璧に出来ませんし、これに縛られる必要もありません。子どもとの関わりで息詰まったときや、伝わりづらさを感じたときに、この情報を見て頂き、何かヒントを見つけていただければ幸いです。

※塩津作業療法士は、あさひ園で個別療育相談を行っています。

6月の子育て支援事業



日程	時間	事業名	内容	対象	場所	予約	担当
6/11(金)・15(水)・18(金)・22(水)・25(金)・29(水)・7/1(木)・6(水)・9(金)	9:00-12:00	あそび場	スキンシップ・ストレッチなどの遊び	発達障害の子どもの保護者	ほっとくらぶ	不要	ほっとくらぶ (377-3522)
6/16(水)・7/2(金)	10:00-12:00	ほっとする親の会	茶話会				

*最終ページに子育て健康課の子育て事業を掲載していますので、ご覧ください。

*お問い合わせは、各担当者にご連絡ください。