

子育て支援だより

「子育てワンポイントアドバイス」

第228回 『正しく』叱りましょう！

こころの相談員 前田 里美

【正しい叱り方のポイント】

※まず、深呼吸して怒りの感情を落ち着かせましょう。

- ・子どもの目線に合わせて伝える
- ・短い言葉で説明する（長文で説明しない）
- ・関係のない日の話題は持ちださない
- ・人格を否定しない

子育てにおいて「褒めて伸ばす」のが良いとよく言われます。しかし、褒めているはずが、いつの間にか「叱らない」「子どもの問題を指摘しない」「ネガティブな所を示さない」ことにすり替わっている場合があります。

もちろん褒めることで子どもの自己肯定感が高まります。ところが、実際の子育てでは、褒めてばかりいられるわけではなく、ルールを教えたり危険な事をやめさせたりする場合、叱らなければならない場面もたくさん出てきます。そこで注意すべきは、親の感情で怒らないことです。

【不必要な不快と必要な不快について】

いじめられたり、人格を軽んじられたり、暴力を受ける等は、経験しなくてよい「不必要な不快」です。一方で成長するために「必要な不快」もあります。自分の間違いや悪いことを指摘される、自分の限界を知らされる、他者との違いを経験する等、そんな不快を受け止めて消化していくことが成長につながります。不快の無い生活などありませんし、ずっと親が子どもを守ることもできません。子ども自身が不快への対処法を少しずつ身につけていけるといいですね。

※前田相談員は、あさひ園・小学校・中学校などで相談活動を行っています。

7・8月の子育て支援事業



| 事業名 | 内容 | 日程 | 場所 / 時間 | 対象者 | 問い合わせ先 |
|----------|-------------------|--|----------------------|-----------------|---|
| あそび場 | スキンシップ・ストレッチなどの遊び | 7/1(火)・3(木)・8(火)・11(金)・15(火)・18(金)・22(火)・25(金)・8/5(火)・8(金)・12(火)・15(金)・19(火)・22(金)・26(火)・29(金) | ほっとくらぶ / 10:00-12:00 | 発達がゆっくりの子どもと保護者 | ほっとくらぶ (377-3522) ※まずはお電話かメールにてご連絡をお願いいたします。 |
| ほっとする親の会 | 茶話会 | 7/4(金)・16(水)・8/1(金)・20(水) | | | |

*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。

朝日町食生活改善推進協議会事業

夏休み親子クッキング教室のお知らせ

次の日程のとおり、親子クッキング教室を開催します。
お父さんと？お母さんと？家族で？
夏休みの思い出に親子でお料理教室に参加しませんか？

日時：7月26日(土)
9時30分～13時(予定) ～調理実習・会食～
場所：保健福祉センター 2階 健康教育室・栄養指導室
対象者：小学校1年生～6年生のお子さまとその保護者
定員：12組(先着順)
参加費：大人300円、小学生200円
(当日受付でお支払いください)
持ち物：エプロン、三角巾、子ども用上靴、手拭きタオル、マスク、参加費

お申込み期間：7月7日(月)～7月18日(金)
8時30分～17時

※電話、窓口でのお申込みとなります。
※ご本人及びご家族様からの申し込みに限らせていただきます。

申込先・問い合わせ先
子育て健康課 TEL 377-5652

※定員になりましたら、期間内でも締め切らせていただきます。
※小学生未満のお子さまの付き添いは、安全のため参加をご遠慮いただいております。

