

子育て支援だより

「子育てワンポイントアドバイス」

第232回 『心の安全基地を作る「聴く」の力』

こころの相談員 前田 里美

時折子どもたちが「お父さんやお母さんが話を聴いてくれない。」とこぼすことがあります。子どもが帰宅した際、私たちはつい「宿題は？」「明日の準備は？」と、自分の聞きたいことを先に問いかけてしまいがちです。しかし、子どもが本当に話したいのは別のこともかもしれません。

話を途中で遮ったり、大人の考えを押し付けたりすることで、子どもは満たされない思いを抱え、やがて本心を話さなくなってしまうます。まずは大人の聞きたいことは横に置いて、子どもが話し出す言葉を丸ごと受け止めてあげましょう。その姿勢が親子の信頼関係を深めます。ポイントは「手を止める」こと。5分間の集中した時間は、1時間の「ながら聞き」よりも子どもの心を満たします。

また、子どもが時を選ばず話しかけてくるのは、家庭が「心の安全基地」として機能している証であり、とても喜ばしいことでしょう。

子どもは、自分の思いを言語化し、誰かに受容されるプロセスを通じて、感情を整理する術を学びます。解決や結論を急がず、まずは「そうだったんだね。」と耳を傾ける。案外、子どもは解決策（アドバイス）よりも、ただ聴いてほしいだけのことが多いものです。その安心感こそが、子どもが自分で課題を乗り越えていくための何よりの栄養剤となるのです。

※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。

3・4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	3(火)・5(木)・10(火)・13(金)・17(火) 【24(火)・27(金)・31(火)春休みの為、日中一時支援に変更予定】 4/10(金)・14(火)・17(金)・21(火)・24(金)・28(火)・30(木) 【2(木)・7(火)は日中一時支援に変更予定】	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	6(金)・18(水)・4/3(金)・15(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。

CCNet光 最速の通信速度

光インターネット

受付開始!! **超速 10G**

【Wi-Fi6対応 高速ルータが標準提供】

月々の料金がお得

今使っているスマホの電話番号のまま乗り換え可能

ケーブルスマホ

1GB+ 音声付プラン **990円** 税込

0120-441061 9:00~18:00(日・祝除く)

有料広告掲載欄