

おはなしのへや



★保護者のみなさまへ

「連休のお出かけ楽しかった～」子どもたちは満面の笑顔で語ってくれます。その表情を見ていると、温かなご家庭で育てているのだな～と感じて、わたしも思わず笑みがこぼれてきます。とは言え、どんなに我が子が愛しくても、子育ては年中無休24時間。親業には休日なんてありません。仕事、家事、子育てに奮闘する毎日。ホントにホントにお疲れ様です。

さて、今回は新年度の緊張が解けてきたこの時期に起こりがちな子どもの変化についてお話ししたいと思います。当てはまるわ～という方も、うちの子はいつも通りかな～という方も、この時期の子どもの気持ちに注目して読んでみてくださいね。



☆なんで甘えてくるの？

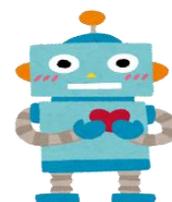
新しい教室、新しいクラスメート、新しい先生で4月はスタートします。お友だちできるかな？勉強は難しくなるのかな？どんな先生だろう？お家ではいつも通り元気に見えても、4月は毎日学校で少し緊張して過ごしています。背筋ピン！ピシッ！と手を挙げるカッコいい姿の子が多いです。新しい環境に適応するべく、毎日必死に頑張っているのだなあ～、去年より少し成長してるな～と眩しく見えます。

そして5月。新しい環境には慣れてきたし、ゴールデンウィークには新学期の疲れを癒したし、いよいよ本格的に学校生活を頑張るのかと思いきや!?「なんかこのごろ扱いにくい」ということはありませんか？

- ① 「絵本読んで～」 「着替えさせて～」 「宿題ママがやって～」 「だっこだっこだっこ～」などの**赤ちゃん返り**
- ② 「サブバック持つの嫌やし学校行かん！」 「今日の髪型、気に入らんから学校行かん！」 「宿題やったけど先生には絶対見せん！」 など親にとっては意味不明に思える**こだわり行動や駄々こね**
- ③ 「知らんし！」 「うっぎ！」 「きも！」 など**反抗的な態度**。

何を聞いても無視してゲームや動画という場合もあります。

*これらは一例ですが、お子さんによって様々な言動が出ます



ゴールデンウィークが終われば海の日まで祝日はありません。子どもにとっては1学期って案外と長く、しんどく感じるものなのです。新学期当初の疲れも相まって、**こころが不安定**になりやすいです。子どもによって出方は違いますが、**こころの不安定さは様々な言葉や態度となって表れます**。どんな形であれ、内面のモヤモヤを外に出すのは大事なことです。小学生は自分でコントロールすることはまだ難しいので、大人がある程度吐き出させてあげましょう。どう対応したらいいか困るかもしれませんが、**子どもの言動には必ず理由があります**。親が扱いにくいと感じる子どもの言動、**それは子どもからのメッセージ♥**。「パパママ助けて～」という子どもからのSOSと受け止めると、対応策が見えてきます。

☆子どものこころに寄り添うには？

- ① **赤ちゃん返り**は『しばらくちょっと大目に見てあげる』といいです。どこまで大目に見るのか迷うと思いますが、大体でいいので『ここまで』という枠をご自分の中で決めておかれると、ぶれずに関わることができます。**スキンシップをいつもより多め**に取り、今まで自分でできていたことを親にやってほしい時には手伝ってあげてください。「もう〇年生なんやから自分でせい！」と言いたいところをグッとこらえて…。『**手伝ってほしいことある？**』と**先手を打つ**のも効果的です。

甘やかしては？と不安になる方もいらっしゃるかもしれませんが、『こころが不安定な時期限定の必要な保護』とお考え下さるといいと思います。お子さんが頑張っている部分は、あなたが過去に SOS に応えて愛情欲求を満たしてあげていたからかも！?親の愛情って積み重なることで効果を発揮するのだそうです。



- ② **その他もろもろの言動**には、『**子どもの目を見て話しを聞く時間**』を作ってみてください。忙しい毎日ですから、わずかな時間でも構いません。短くても意識して続けていけば、親の気もちはちゃんと伝わります。ほんの一時スマホを置いて、ちょっとした時間家事を中断して、子どもの目を見て聞いてあげてください。

5分ほどでもいいので、お話しタイムを日課に入れるのもあります。普段通りの何気ない会話の最後に、「毎日学校で頑張るとるんやね〜。すごいね」「しんどいことあったら言ってね」「不安なことあったら聞くよ」と一言付け加えてください。「なんもないよ」とお返事しても、お家の人自分が自分を大切にしてくれているということは伝わります。こころの安定は、失敗や困難にあってもへこたれない力となります。

いつも「なんでも言っていていいよ」「聞くよ」と言われていると、いつかつらいことが出てきた時に SOS を出しやすくなります。忙しくてゆったり関われない日があってもいい。子育てに正解はなく、追い詰められてしまう日もあるでしょうが、ぼちぼちゆるゆると続けてみて下さいね。



親も子もゆっくいこう

理屈はわかったけれど…。そんなにうまくいかないよ…。トホホ～な日もたくさんありますよね。お子さんの個性もご家庭の事情もそれぞれです。どうしたらいいのか分からない、先のことが不安で仕方がないという時もあると思います。相談室『ほっとルーム』は保護者のみなさまも利用することができます。些細なことでも遠慮なさる方もいらっしゃると思いますが、話すだけでも頭と心が整理できます。気軽にお話しにいらしてくださいね。

★子育て相談の予約について

【相談日】火曜日午後。学校だよりに「SC 来校日」と表示されます。毎週ではない月もありますのでご確認ください。

【相談時間】①14:00～14:30 ②14:30～15:00 ③15:00～15:30 の3枠からご希望の時間帯をお選びください。

【予約方法】相談には事前予約が必要です。

① **電話** (☎ 076-298-0167 担当:河崎屋先生)

② **連絡帳**