

# にこにこ

西牛谷小生徒指導部・特別支援教育部

## 褒めてくれないと生きていけないんです

「褒めてもらいたい。」「認めてもらいたい。」「話を聞いてもらいたい。」という願いを子どもたちは、みんな持っています。4・5歳までの小さいうちは、褒めてくれるべき対象、認めてくれるべき対象をお母さん、お父さん、その他お家の人といった家族の中に求めます。

そして、「できたね。すごいね。」と褒められれば、できたことの喜びを感じます。「がんばったね。えらいね。」と認められれば、がんばることの喜びを感じます。何もしてなくても、高い高いをしたり、ぎゅっと抱きしめたりされると喜びます。そうして得た喜びが幾重にも重なっていくと、少しずつ大きな安心感へと変わっていくのです。そうやって何ものにも代え難い「心の居場所」が家庭の中に作られていくのです。

幼稚園や小学校は、新たな生活の場と言えます。大袈裟に言えば、社会生活の始まり、家庭から社会に踏み出すための第一歩ということになります。子どもたちは、その新しい環境の中でも、安心して生活していくために、そこにも「心の居場所」を作らなければならなくなります。「安心感を得るため」に、「心の居場所を感じるため」に、子どもたちは一生懸命に先生から褒められよう、認められようと努力します。でも、教室に先生は一人です。子どもたちは、たくさんいます。子どもから先生に話しかけるチャンスはなかなか巡ってきません。先生の方でも一人一人に話しかける回数に限られてしまいます。上手に話せる子はよいのですが、やっと来たチャンスに、緊張して話が的外れになってしまったり、上手く話せなくなったりする子もいます。



## 4月になると・・・

4月になると、先生への言いつけが多くなる子やとりとめもなく話しかけてくる子がいます。不安やストレスを強く感じている子ほど先生へのアクションが多くなる傾向があります。また、話すチャンスが来ても、どうしても勇気が出なくて、「あのね先生・・・」を言うことができない子もいます。不安やストレスに耐えられずに、情緒が不安定になり、様々な不適応行動の原因になってしまうこともあるのです。こういう状況から、新年度になると、担任は、特にきめ細やかな行動観察を行うようにし、声かけや支援に配慮するようになっています。

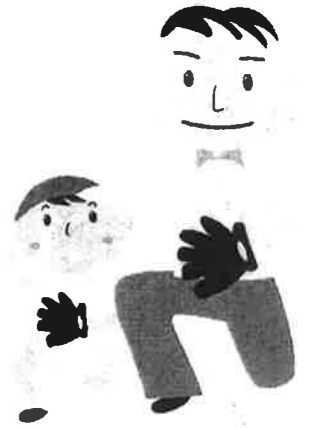
家庭は「心の居場所」とはいえ、朝起きるところから「行ってらっしゃい。」と送り出すまで、帰ってきてから「おやすみなさい。」と寝付くまで、宿題、明日の準備、お手伝い、晩ご飯にお風呂というように、嫌でも指示や注意、叱責が多くなってしまいがちです。朝は、時間との戦争のようになってしまいます。でも、しっかりとしつけなければなりません。

しかし、不安やストレスが強くなってきているときに、指示や注意の言葉ばかりというのは・・・どうでしょう？

## 様子の変化に気付いたら

低学年の子どもは、生活経験が少ないので、不安やストレスという感覚は、未知のものです。ストレスがかかっていたとしても、その感覚が何なのか、どうして起こっているのかが分からずにいることが多いのではないのでしょうか。また、感じているにしてもそれを言葉にするだけの語力を持っていません。

だから、行動や表情に表れてきます。「ちょっと乱暴になる」「すねたり、いじけたりする回数が増える」「なんとなく親の近くに来て、離れようとしない」「元気がない」など、また、「いつもよりよく話す」「ハイテンションになっている時間が長くなる」ということもあるようです。



## 後ろから行って、ぎゅーって抱きしめるのも「あり」です

子どもが家に帰って、ほっとして弱音を吐くようなら、家庭が「心の居場所」としてしっかり機能しているということですね。

「あのね。今日〇〇ちゃんがね・・・」  
「僕は何にもしてないのにね・・・」

おや？と感じたら、忙しくても少しだけ手を止めて顔を向け、子どもの目線で「うん。うん。」と話を聞き、気持ちを受け止めてあげることが大切なのです。相づちをうつ中で、ときどき「かなしかったんだよね。」「くやしかったんだね。」と子どもの感じている感覚を言葉にして返してあげるのもよいでしょう。「安心感を求めているな。」と感じたときには、「でもね。」「それはね。」「そういうときはね。」は禁句です。弱音を吐かせてあげることがストレスを軽減することにつながります。よく話を聴いてあげましょう。(もし話の内容に気になることが含まれていたら、ご連絡ください。)

そして、一区切りついたら、「話題を他のことに変えてしまう」「気持ちを切り替えてあげる」のも大切です。時には、いっしょに夕飯の食材を買いに出かけたり、「おやつにしようか。」と言ったりするのもよいでしょう。おやつを食べ出した我が子の後ろ姿を見ていて愛おしくなったら、ぎゅーって抱きしめちゃうのも「あり」です。(※高学年の子では、身体に触れることが逆効果になる場合があります。)  
「自分は守られているんだ」という安心感と「心の居場所」が大切なのです。



参考図書 「男の子の育て方」 諸富祥彦 著  
「子どもの心のコーチング」 菅原裕子 著  
「セロトニン脳健康法」 有田秀徳 中川一郎 著

**\* 西牛谷小には、子育て支援相談室があります。お子様のことで悩んでいることや心配なことがありましたら、遠慮無く相談してください。**

**相談日時 毎週火曜日 15:30～16:30**

**\* 相談される場合は、窓口までご連絡ください。**

**相談窓口 浅川 秀之 TEL 98-0333 (西牛谷小)**

**\* スタッフ 栗本 裕子 上田 廣 青木佐愛子 依田 詩織 浅川 秀之**