めばえ通信

通巻 346号
令和7年 10月24日
発行/こども発達センターめばえ

『 ことばの持つちから 』

ようやく夏の暑さがひと段落し、少しずつ秋の景色や風の匂いが感じられるようになってきました。こどもたちも元気いっぱいに園庭を走り、虫や落ち葉を見つけて「先生あったよ！」と持って来てくれます。その時のこどもたちのキラキラした目をみることが何よりの楽しみであり、一緒に気持ちが共有できたことが嬉しくなります。

そんなこどもたちもいつも元気な時ばかりではありません。いつもと違う変化に不安を感じ、自分の思う通りの行動ができないこともあります。保育者側からすると、どうしたら活動に参加できるのか、焦りや色々なプレッシャーから、せかしてしまう声掛けや、やってほしいことだけを伝えてしまう場面も生じてしまうかもしれません。もう少し心に余裕が有ったらこういう声掛けができたのになと自己嫌悪を感じたり、他にやる気が出る声の掛け方はなかったのか？と振り返ったり…日々のカンファレンスでは、その日の反省を職員間で共有し、支援のブラッシュアップを図っています。

私も、ある研修で、子育ての声掛けを変換言葉として考える機会がありました。例えば『まだやってるの？』は『どこまでできた？』に、『早くしなさい！』は『何分からできる？』等、否定的な声掛けを具体性や興味を引く言葉、共感性のある声掛けに変える考え方です。冷静に相手の立場に立って考えれば出てくる言葉たちも、とっさのしかも追い詰められた状況では、こちら(大人側)の景色からの声掛けになりがちです。

改めて、相手の立場に立ち、自分の発した言葉がどのように届いているかを見直す機会となりました。私自身もこどもたちや保護者の方、職員への声掛けについて、とげとげ言葉や知らずに傷つけてしまう配慮が足りない言葉になっていないか自問したり、否定言葉を肯定言葉や温かな言葉に変換する練習をしています。一人では難しくても複数の職員で考えると肯定言葉に出会えます。言葉は、良薬にも毒にもなること、そして一言が発するエネルギーをしっかり理解し、こどもたちやご家族に安心できる言葉かけを大切にしていきます。

※言葉が持つ力についてその通りだなーと感じた文章があるのでご紹介します。保育福祉専門学校を経営され、多くの保育、教育の書がある髙橋系吾先生(道灌山学園創設者)のお言葉です。

『その一言で 励まされ その一言で 夢を持ち その一言で 腹が立ち
その一言で がっかりし その一言で 泣かされる
ほんのわずかな 一言が 不思議に 大きな力持つ ほんの一寸の 一言で』
学園創設者の壁新聞 | 学校法人道灌山学園 HP より

こども発達センターひがしめばえ 所長 落合勇樹

ありのままを受け止めて
どんなジブンもだいすき

つい１ヶ月前にはプール仕様だったみなみめばえの園庭では、ブランコや砂場にこどもたちが集まり、笑い声や「そらやれ～！」とお祭りごっこの太鼓の音とかけ声が響いています。

８月のめばえ通信で、自己肯定感を高める褒め方の“コツ”を紹介しました。自己肯定感というのは、『ありのままの自分を好意的に受け入れ、価値のある存在だと肯定できる感覚』それは、長所だけでなく、短所も含めた自分を尊重できる感覚のことを指すそうです。

ネガティブな感情に共感する

特定の食材のにおい、べたべたした感触、大きな音や泣いている声、人がいっぱいいる環境、いつもと違うことや初めてのこと、じっと座って(立って)いること、順番を待つこと…こどもによっていろいろなニガテがあります。

ニガテなこと(もの)が目の前にある時にこどもはどんな行動をとるでしょうか。食材を床に落とす、部屋から飛び出していく、会の途中で離席する、集団活動に興味を示さず自分の好きなことをやる、友達をたたく、泣く、ふざける・・・大人から見ると好ましくないと感じるような行動をとることがあります。

その行動だけ見ると、「なんでそんなことするの!?」「ちゃんとやりなさい」と思わず言いたくなるかもしれません。行動自体を指摘しなかったとしても、「こっちきてみんなと一緒にやろう」「(大人がやってみせて) ほら、だいじょうぶだよ」と声を掛けることもあるかと思います。

でも、こどもがまず受けとめてほしいのは“ニガテ”“○○したかった”というありのままの気持ちだと思います。「においがイヤなんだよね」「べたべたしてきもちわるいよね」「こわかったよね」「あのおもちゃ、ほしかったよね」と声を掛けると、こどもの緊張や表情がふっとゆるむのを感じます。安全だという保障や提案はその後で大丈夫です。

９月末から 10 月にかけて、おうちの方と前期の振り返り面談をしました。その中でお子さんの成長したことや得意なこと・強みとあわせて、ニガテなことも情報共有させていただきました。行動の背景にあるニガテな気持ちに共感して、「うんうん、わかるよ～」とありのまま受け止めてもらえたらと思います。

また、着替えがうまくできない時、ぬりえがうまく塗れなかった時、集団遊びで負けた時、並ぶ順番が一番になれなかった時など、こどもはいらいらしたり、急に怒り出したり、いつまでもぐずぐずしたり、「もう、やらない！」と投げ出したりすることもあるかと思います。朝の時間がない時、家事で忙しい時に限ってそうなることがありますよね。こどもがネガティブな感情を表現している時には、相対する大人も感情的になってしまい、つい「こうすればいいんじゃない？」「怒ってもしょうがないよ」「次がんばればいいよ」と言いたくなります。泣いたり怒ったりしている状態でいくら励ましたり提案してもすぐに受け入れることは難しく、かえって“うまくいかなかったことを指摘された”と感じて火に油を注ぐ結果になることがあるかもしれません。

そんな時にも「うまくいかなくて悲しかったね」「負けちゃってくやしいね」「一番になりたかったね」とこどもの気持ちをありのまま受けとめてもらえたらと思います。

私たち大人もそうですが、不安な気持ちの時、気持ちがおさまらず怒ったり泣いたりしている時には、「わかるよ」「そうだよね」と共感してもらえ、「だいじょうぶだよ」とネガティブな気持ちをいっしょに受け止めてもらえたら、心がふっと軽くなります。「ニガテはニガテでもいいんだよ」「うまくいかなくて怒ったり泣いたりしてもいいんだよ」という肯定のメッセージを送ってあげてください。ニガテなこと、うまくいかない自分をだれかに表現できること、そんな自分をありのままに受け止めてもらえた経験が、“どんなジブンも、それでいい”という自己肯定感につながっていくはずです。

こどものスキに共感するコツ

褒められることだけでなく、好きなことに共感してもらえることも自己肯定感につながります。こどもが見ているもの、こどもが言ったことをありのまま共感してください。こどもの目線の先にあるものを「○○色だね」「おもしろい形だね」と実況するだけで十分です。大人の価値観や知識を一旦横に置いておいて、こどもと同じ目線で物を見てみると、ふだんは気づかないことが発見でき、意外と楽しいものです。

自分が見ているものを同じように興味深く見てくれると、“自分のことをわかってもらえた”と心が満たされた感じがしますね。

幼児期の今、こどものポジティブな気持ちもネガティブな気持ちも、“ありのまま”肯定的に受け止め、こどもたちが安心感をたくさん経験し、“どんなジブンもだいすき”という自己肯定感の土台を築いていけるようサポートしていきたいと思います。

こども発達センターみなみめばえ　髙柳阿季

いろいろな感染症が流行しています！

今年は暑い時期からインフルエンザが流行り始めました。暑い日が続き、エアコンを使用することが多いため、換気が不十分になりがちだったことや、猛暑による夏バテで抵抗力が落ちていることが要因にあげられています。

静岡県内では、マイコプラズマ、ＲＳウイルス、百日咳等の感染症が増加しています。感染予防には「手洗い」や「手指消毒」、「換気」が有効です。体調が悪い時には無理せず休み、身体の抵抗力を高めるために十分な休息を取り、できるだけ食事にも気を配っていきましょう。

10月からインフルエンザの予防接種が始まりました。予約方法や接種日等は、かかりつけ医にお問い合わせください。

≪お知らせ≫

感謝の心

花嶋様　　新米 20 kg　　ありがとうございました。

≪11・12月のおもちゃ図書館≫

菊川おもちゃ図書館あそぼ
11月8日（土）／12月はお休み
開館場所：プラザけやき
10：00～11：30（検診ホール）
13：30～15：30（児童館あそぼの部屋）
連絡先：0537－37－1135

掛川キューピーおもちゃ図書館
会館場所：総合福祉センター
1階西側　Myラボ
11月16日（日）／12月21日（日）
10:00～12:00　13:00～15:00
連絡先：0537－22－1309

発行者・お問い合わせ／こども発達センター めばえ
TEL）0537－23－2312　　FAX）0537－23－0008
東遠学園　めばえ　検索
学園ホームページ

11月の予定

11月			心理	バス ○14:30発 △13:00発
1	土			
2	日			
3	月	文化の日		
4	火			○
5	水	小児科健診②		○
6	木	保護者参加日(年中少：就学)	たまねぎ	△13:00
7	金			○
8	土			
9	日			
10	月			○
11	火			○
12	水			○
13	木	父親保育参加日“焼きいも作り”		×
14	金		にんじん	○
15	土			
16	日			
17	月			○
18	火			○
19	水			○
20	木			△13:00
21	金			○
22	土			
23	日	勤労感謝の日		
24	月	振替休日		
25	火			○
26	水			○
27	木			△13:00
28	金			○
29	土	丘のうえフェスタ in 東遠学園		
30	日			

お知らせ

○５日（水）小児科健診②

医師に伝えたい事や聞きたい事がある場合は、お越しいただくか事前に連絡ノートに書いてお知らせください。お休みの場合は各自病院での健診をお願いします。

○６日(木)保護者参加日（３園合同）

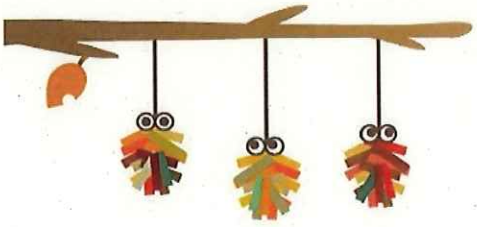
掛川市の教育委員会の先生が来て、就学についての座談会を行ってくれます。対象は年中・年少児保護者です。

○13日(木)父親保育参加日

父親保育参加日となります。各クラス楽しい活動を行います。食後のミッションもよろしくお願いします。

○20日(木)集合写真撮影

午前中、こども達の集合写真を撮ります。当日欠席の場合は個別の顔写真のシールとなりますので、通院等の調整をよろしくお願いします。

12月の予定

５日（金）保護者参加日（おたのしみ会）
24日（水）保育参加日
クリスマスコンサート
（グリーンシトラスミュージック）
25日（木）～１月５日（月）冬休み