



子どもの育ちを応援する情報を発信

のびのび通信



こんにちは！9月に入りましたが、まだ暑い日が続きますね。夏の疲れをためないように、時々、休憩をしながら過ごしていけるといいですね。今回は、今からでもスグにできる！声かけや関わり方の工夫をお伝えします。
◆のびのび通信は、子どもの育ちを応援する情報として参考になったり、『発達支援』を知るきっかけとなったりするようにと発行されています◆

甲賀市発達支援課 R4.9（隔月発行）

子育てを少しずつ“楽々”にしていこう！

日々の子育てのなかで、悩みは尽きないものです。しかし、親と子どもが今、お互いのできることを探し、その子に合った伝わりやすい声かけを見つけたり、親自身が“こうあるべき（理想）”から“こういう感じ（今の姿）”へと、子どもの見方を変えてみたりする…そんな、「うちの子育て」を大切にしていける発想は、子育ての楽しさをアップさせてくれるかもしれません。

そのヒントになるような、「声かけ」のコツを、ピックアップしました。できそうなところから、やってみてくださいね。子どもさんが、できたとき（やろうとしたとき）は、しっかりほめてあげましょう！

選択肢から選ばせる

（声かけ）「なんでも残さず全部食べなさい」

→◎「ごはんはパン、どっちがいい？」

（ポイント）限られた条件でも、自分で選べば前向きになりやすいです。また、“やらない（食べない）”という選択肢をなくすことで、さりげなく大人のしてほしい行動へと誘うことができます。

（応用）選択肢がない時には、盛り付けのときに「ごはん、どれくらいにする？」などと、子どもの適量に調整するだけでも、食事に対して前向きになりやすいです。



やっていいことを伝える

（声かけ）「〇〇しちゃ、ダメ」

→◎「〇〇しよう」

「なんでそういうことするの！」

→◎「こういうときは、〇〇するよ」



「もう、何やっているの！」

→◎「ここをこうしたらいいよ」

「散らかさないで」

→◎「使った物はこの箱に入れてね」

（ポイント）ダメなこと、失敗したことよりも、“解決策”に目を向けた声かけは、子どもにとって、分かりやすく「ダメ」といわれるよりも素直に受け入れやすいです。



× 走らない！
◎ 手をつなごう。

伝え方の工夫① 気づかせてから話す

（方法）近くに寄って声をかけると同時に、肩をトントン、前方から視界に入ると手を振る、コンコンとテーブルなど身近なモノをノックする等、その子どもに入りやすい**感覚的なアプローチ**をいれていくのもいいですね。また、「お出かけ」に**カバンやクツ**など、何をするのか**見てわかるモノも見せながら伝える**ことも効果があります。



伝え方の工夫② 指示は1つずつ伝える

（声かけ）「ハミガキしたら、トイレして着替えて！7時30分までに出発。あ、今日雨が降りそうだから、傘を持ってって…（次々…）」

→◎「ハミガキしようか→（終わったら）→トイレ行っとこうか？→（終わったら）→…」

（ポイント）小さな子どもや色々なことに気が向きやすい子どもは、短期の記憶力やワーキングメモリ（情報を瞬間的・一時的に記憶し、処理する能力）の容量が小さく、一度に複数の指示を覚えきれない、実行できないことがあります。また、急がせようと情報が混乱し、かえって身支度などが遅くなることもあります。



子どもの興味関心に合わせる

（声かけ）お風呂で遊んでしまい、なかなか出てこない状況の場合、

「早くお風呂から出なさい！」

→◎「夕飯はカラアゲだよ」

（ポイント）大人にとっても子どもにとっても、興味や関心は生きるエネルギー源のようなものです。日頃から、子どもの好きな遊びや興味のあることを知っておくことは、行動の切り替えが必要なときに、役に立ちます。



参考文献：『楽々かあさんの伝わる！声かけ変換』（大場美鈴著、あさ出版、2020）

「のびのび通信」のバックナンバーは発達支援課ホームページにありますので、ぜひご覧ください。