

==秋晴れの空に==

秋のさわやかな風が心地よくなってきました。このところ週末には幼稚園保育園の園庭や小学校の校庭から賑やかな運動会の声が聞こえてきます。

運動会にはつきものの『勝敗』。勝ちたい、負けたくないという『競争心』は子どもの社会性の発達において大切な要素のひとつといえます。

「うちの子は運動が苦手だから、自信をなくすだけで楽しくないことがかわいそう」と思われるお母さんもいらっしゃるかもしれません。確かに競争の末に勝てたほうがいいけれど、勝つことよりも大切なことがあります。

もし、『○○ちゃんみたいに私もできるようになりたい』『○○君に次は勝ちたい』『練習で負けたことが悔しかった』といった気持ちがお子さんの中に芽生えていると感じたら、それこそがこの先の長い人生でとても大事な心の力になります。結果として勝てなかったとしても、競争を通じてその気持ちが育っていることの方が心の発達にとっては大事なことといえます。それはもちろん運動でなくてもいいのです。その気持ちが伝わったら、しっかりと受け止めて、負けても次に頑張ろうと思う気持ちや、自分の中で出来たという気持ちを持てるようにしながら、競争心を育てていただけたらと思います。

また、勝った場合は自分を誇らしく思い自信につながりますが、と同時に負けた人や出来ない人を思いやる気持ちも育てていくことができます。勝ったからといって、負けた人に「なんでできないの?」と言ったり、「すごいでしょ」とさも自慢げに話したり、負けた人を見下すように接すると相手がどう感じるか、4歳以降になれば少しずつ学んでいくことができます。出来ない人の気持ちを思いやることは、集団生活の中で周囲とうまくやっていくために必要な力です。機会を持って大人が代弁し、その気持ちを育ててほしいものです。

友達と一緒につかむ勝敗には、たくさんの気持ちの宝物が詰まっていることでしょう。秋晴れとなりますように。

このところ、朝晩すっかり涼しくなってきました。夏ももう終わりが近づき、少し寂しさも感じます。皆さんはいかが過ごされましたか？

さて、今回は、子どもに声をかける際の簡単なポイントを一つお伝えしたいと思います。この夏親戚の子どもたちが集まった際に、成り行きで私が面倒をみる羽目(?)になり、騒がしい子どもたちをなんとか収めようと、汗をかきながら多用した言葉かけです。それは・・・

「××しないでね」

ではなく

「〇〇してね」

と、否定ではなく、してほしいことを言葉にして伝えるというものです。毎日の中で、皆さんもそのように伝えていることは多いと思います。

「走らないでね」→「歩いてね」

「騒がないでね」→「もう少し声を小さくしてみようか」

「おもちゃとらないのよ」→「かして、っいてえるかな？」

「たたかないよ」→「何が嫌だったか〇〇ちゃんに言ってごらん」

その場がどれほどの様子だったかこの例で分かってしまいそうですが(笑)、イライラしながら否定ことばで伝えるよりも、子どもたちも自分でコントロールしようとし、云う事を聞いてくれやすかったように思います。

もちろん、子ども一人に対してもこの言葉かけはとても有効です。「これさわっちゃだめよ」と言われると触りたくなりますよね。「危ないから登らないで」と言われると登りたくなる。子どもってそういうものなのでしょう(笑)。

上記の例では、してほしいことを伝えるだけでなく、場合によっては、内容を具体的に伝えている場合もあることに気づかれると思います。

どういう言葉で伝えるか、どこまで具体的に伝えたら伝わるか、お子さんにも試してみたいはいかがでしょう。(臨床心理士 藤井あづさ)