



# すたなび

NO. 28

## 秋、本番!!

### ～スポーツの秋！ 実りの秋！～

猛暑日の続いた夏休み明けから、毎日、子ども達は体育会の練習をがんばりました。そして、みごと秋晴れの中、元気に体育会を終えることができました。保護者の皆様には、多大なるご理解とご協力をいただき、ありがとうございました。

“スポーツの秋”は、これからも高学年には続きますが、大きな学校行事を終えたところで、

## 生活リズムを見直してみましよう!



### ☆子どもが学校に楽しく登校するために 虎の巻7カ条☆

#### ①顔を見て明るく元気な声かけを

毎日、子どもの顔をきちんと見てあいさつをし、安定した朝の光景作りを継続しましょう。そのことで、子どものその日の調子や様子をチェックすることもできます。

#### ②可能な限りお見送りを

子ども自身の主体的な行動を背中から支えてやるイメージが大切です。お見送りは、そのような力の与え方の一つです。

#### ③必要なものはしっかりと揃える

持ち物の準備を自分一人でするに越したことはありません。持ち物が揃っていることは、安定した登校の基本的な前提条件ですが、まだまだ親のアシストが必要な子もいます（特に低学年）。

#### ④学校であったことのふり返りを

3分でも充分なので顔を見て話すことが大事です。子どもが一人で処理しきれない体験を一緒に消化するイメージです。

#### ⑤家での迎え方を工夫する

子どもの帰宅時に在宅しているか、それが無理な場合は「お疲れ様、今日もがんばったね。」など手紙のメモをおくのも方法でしょう。

#### ⑥子どもに元気を与えることばのレパートリーを

「あなたががんばってるの知ってるよ。」「よくここまでやったよね。」「〇〇ちゃんのこういうところいいとこだよね。」「そういう気持ちになることあるよね、よくわかるよ。」など想いを伝える自分なりなことばを持っておくとういでしょう。

#### ⑦日頃から担任や他の保護者とのコミュニケーションを

効率を追求した働きかけ・サポートの方法はありません。でも、日々のちょっとした工夫を積み重ねられれば、子も親も大きなものが得られるに違いありません。



## ～子どもの心と世界～

子どものイメージをつかもうとする時、どうしても私たちは自分の経験に頼りがちです。「自分が〇年生だった時は…」と考える傾向にあります。そこで、いろいろな研究から学年別に、等身大の子どもの特徴について考えてみましょう。



	1・2年	3・4年	5・6年
感情	<p>自分中心。</p> <p>まだまだ感情が未分化である。</p>	<p>他の人のことも自分のことのように考えることができる。</p> <p>複雑な気持ちを抱えることやその強さの違いを認識できる。</p>	<p>他者の気持ちを理解できるだけでなく自分の感情も客観的に理解できるようになる。</p> <p>感情の表現方法が多彩になる。しかし感情を押さえこんだりうまく表わせない子も現れる。自分の気持ちや行動をうまく言語化できず自分の本心が自分でもわからない時期でもある。</p> <p>身体ほど精神が発達しない。</p>
思考 学力	<p>見聞きした具体的な経験をもとにしか理解できない。</p> <p>「何でもできる」「何にでもなれる」という万能感が強い。</p>	<p>抽象的な目に見えない世界の概念を持つことができる。</p> <p>自分の得意なこと苦手なことがよくわかる。</p> <p>自分の能力を過大評価しがちになり、無謀に大きな目標を立て、失敗して劣等感を持つこともある。</p>	<p>抽象的思考ができ論理的に考える力も増す。一方で学力の格差が際立ってくる時期でもある。</p> <p>授業レベルを超える課題をこなす能力を持つ子ども達が現れ、自己効力感が生じその結果自己イメージが大きく変わることがある。同時に、学習についていけず自信と学習意欲を失いストレスを学校で発散させる子どもも現れる。</p>

## ～誰かに“言える”と心が“癒える”～

ストレスフルなことも多い子ども達。そんな子ども達に対して、保護者が心の癒える聴き方をすれば学校生活でどんな大変な目にあっても彼らは乗り越えていけるでしょう。では、聴き方にはどんな工夫が求められるのでしょうか。

### 〈心が癒えない代表的な聞き方をタイプ分け〉

#### ①片手間タイプ

がんばったことを褒めてもらいたかったけど、パソコンに夢中で聞いてもらえそうにない。

#### ②手ぐすねタイプ

こちらから話す前にあれこれ聞いてくる。宿題のことが心配で自分のことは関心がない。

#### ③比較・ひいきタイプ

「お兄ちゃんは〇〇」「隣の子は〇〇」と言う。自分のことは好きじゃないよう…

#### ④早呑み込みタイプ

話していても途中で「わかった、言いたいことは〇〇だろ」と勝手なことを言い出す。

### そこで、試していただきたいものとして、5分間傾聴法を提案します

- 1日5分間でいいのでお子さんの世界に耳を傾ける時間を意識的に作ってみてください。
- その前に深呼吸をするなどしてお子さんにまつわる心配ごとを一時わきにおいてできるだけ頭を空にして下さい。
- その時間内はお子さんの興味関心事に焦点を絞って、お子さんの表現する世界をしっかりと聴き取って下さい。
- 高学年では特に、「なぜそう思ったのか」「どうしてそう感じたのか」といった、子どもを理解しようとすることばを使うといいですね。
- まず聴く耳を持ち、ありのままに自分を語り、どうしたらよいかを共に考えてくれる、そんな保護者を子どもたちは切実に求めています。