

9がつのくもの子の会だより <A.30.9.3>

日中は暑さ、白さしの強さがあります。朝、夕は、おいぶん涼しくなり、秋が来たことを感じますね。

今年はまたほんとは厳しい暑さの夏でしたね。

風がニとちよく感じます秋、美りの秋...と、秋も満喫したいですね。

庭の柿の木が今年は豊作で枝が重たに、たて下がついてます。ちぎりにきていいですね。

◎悠子先生が再び、ピアノ伴奏を産後、赤ちゃんと来てくださっています。(7月13日～)

とてもありがたく助かっています。歌もたくさんうたえて、リズムも、私と一緒に楽しんで、良かったです。



～ やりぬく子に育てる5か条 (のびのび子育て9月号) ～

第1条 生活リズムを整える

子どもは発達途上であり、自分を律する事ができません。

心身を整えるうえで、日々の生活習慣をつける事が大切です。

起床時間、食事の時間、昼寝の時間、入浴、就寝時間などを決まった時間にする事で、生活リズムが整います。

とくに睡眠時間の確保は、子どもの脳の健全な活動を促すうえで必要不可欠といえるでしょう。

日本人の子どもの睡眠時間は世界で最も短いとい



結果が出てお母さんが、これは憂うべきです。(後略)

第2条 遊びを十分にさせる

子どもにとって遊びは学びです。五感を使った遊びが必要です。

第3条 子どもを勇気づける

勇気づけとは、相手に元気、意欲、やる気を起こさせる対応のことです。相手の気持ちや考えを基準にした言葉や態度、対応のことです。

そして、勇気づけは子と親の間に相手の気持ちを尊重してあげること。勇気づけられた人には安心感や信頼感の芽生え、自信と意欲が生まれます。その結果、物事に取組むとき、あきらめない忍耐力や、途中で投げ出すことがない持続性をもつようになります。

第4条 子どもを信頼する

子どもの行動に多くの口出しをしたり、干渉したりすると、子どもはストレスを感じやすくなります。ストレスは視床下部からの成長ホルモンを放出させないようにするので、ストレスが強く集まりが少ない幼児期を過ぎた子どもの脳は発達を損なうことがあるのです。

しつけを強要したり、指示、命令が多いと、子どもにとってそれはストレスとなり、脳と身体に発達を損ないます。子どものしていることが危険でない限りは、見守り、信じてあげましょう。

第5条 安心安全な家庭である

子どもの心の成長に必要なのは、身体的、精神的な安心感や安心感の確保です。

二の、安全で安心を感じられる場で、子どもは遊びに集中できます。子どものあきらめない力を育てるには、子どもがどんな環境下に育ったかが関係します。

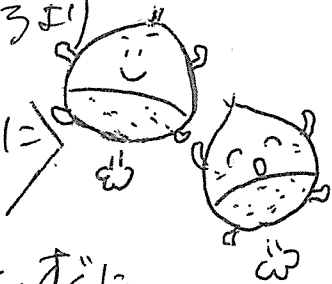
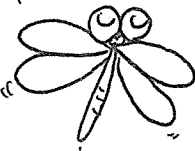
自分の好きなことを見出す子どもはさまざまな遊びをする中で感情が刺激され、それが快刺激であればドーパミンという神経伝達物質が活発になり、それによって脳を覚醒し、大脳皮質の側頭葉を刺激して快感を生み出し、それが前頭連合野に入って、創造性などの精神活動を活発にさせるようになります。

快刺激を生み出す環境は、子どもの力を引き出すことができます。もちろん粘り強く取り組む力、あきらめない力も育てられます。

のびのび子育て 9月号

おどめげの子、人のせいにする子にならないために、叱られる力をつける！

幼稚園や保育園、学校で先生から叱られると、おどめげの子は泣いて落ち込んだり、反省せずに人のせいにして投げ出したりする子がいます。先生たちと話すとき、その子は、叱られたり注意されたりするのを強い抵抗を示すため、社会性を身につけさせるための指導が、とてもやりがいの多いと言います。



＜ 30日、子育て交流会でも子ども心理 9月号 186, 2 ＞

また、お力いだから、べつにうさぎのことを言わなくてもいい(お母さん、楽観しているお母さんも多いのでは)か。でも、そのように育った子が将来の子どもかを想像してみてください。幼少期の習慣によって人格の基礎的な部分がつくられていくため、幼児期の自己形成が将来の人生を大きく方向づけるのです。

— 落ち込みやすさ、キレやすさは挫折につながりやすい —
私が相手にしている大学生にも、やたら傷つきやすく落ち込みやすい学生や、注意されるとムカつくと言って聞き直る学生がいますが、そのような学生は自己改善の努力ができていないため、たいてい落ち込んでいきます。会社でも、叱りつけられ、と注意されただけで、ひどく落ち込み翌日から休んでしまう若者や、「傷ついた」「バカバカだ」と逆ギレして騒ぎ出す若者が自立つよです。当然、そのような社員は仕事力を身につけさせるために金銭的ということばかりにこだわるため、自然に落ち込んでいきます。

二のように、人からの注意を素直に受け入れて自分を向上させ、力を付けていく子と、感情的に落ち込んだり反発したりするばかりの子では、将来が大きく違ってくるのです。だからこそ、小さいうちから叱られたり注意されたりするへの耐性をつけてあげることが大切になります (のびのび子育て 9月号) 榎本博明 (MPK 人間科学研究所 代表)

◎ 逆に「叱られすぎ」の極端な状況もあるとも、私は感じていますが、叱るべき時は叱り、(おめげの手は(おめげ(認め)うけとめる)というところが大切では...と思ったり。(難しいことだと思ったり)現代は叱られるポイント(悪いことをしてよくても叱られたり、悪いことをしてその時に叱られたり(と)か)が、ちがっているようにも感じます。お母さんは、どう思われますか？