

子育てなんでも相談だより6月

小さな“大丈夫”の積み重ね



雨の日が増え、室内で過ごす時間も多くなる季節になりますね。子どもたちは、雨天なりに遊び方を工夫したり、雨そのものを眺めてみたりと、いつもと違う環境の中での楽しみ方を見つけながら過ごしています。

さて、子どもは、何らかの出来事をきっかけに、それまで平気だったことを急に嫌がることがあります。ある日、私の1歳の息子も、なぜかパパ(私)との入浴を泣いて嫌がるようになりました。お風呂以外は楽しく遊べるのに、お風呂となると不安そうになるのです。そこで、楽しく遊んでいるときに抱っこをして、服を着たままお風呂場に行くことを繰り返しました。最初はドアを開けるだけ、次に浴室に入る、浴槽に座る、というように、嫌な気持ちが強くなりすぎないように進めました。

人の気持ちは、場所や出来事と結びつくことがあります。「お風呂＝嫌な気持ち」「病院＝こわい」といった結びつきです。ただし、その結びつきは、新しい経験によって変えることができます。そのためには、「大丈夫だった」「ちょっと楽しかった」という経験を重ねることが大切です。息子も、最初は怪訝そうな顔をしていましたが、1週間後には、泣かずに楽しく入浴してくれるようになりました。すぐにうまくいくことばかりではありませんが、「今日は近くまで行けた」「泣く前に終わった」という小さな経験が、安心につながります。子どもの「いやだな」「こわいな」が見られるときには、安心できる形から試してみると、うまくいくかもしれません。

キンダーカウンセラー 矢本 洋子・原口 喜充

子育てなんでも相談申込票（ご家庭控）

6/ 3 (水)	10時～()	11時～()	12時～()	13時～()	14時～()
6/ 8 (月)	10時～()	11時～()	12時～()	13時～()	14時～()
6/11 (木)	10時～()	11時～()	12時～()	13時～()	14時～()
6/20 (土)	9時～()	10時～()	11時～()	12時～()	
6/26 (金)	10時～()	11時～()	12時～()	13時～()	14時～()

●希望時間を○で囲み、複数ある場合は、時間横の()内に希望順に番号を記入してください。

●平日14時以降をご希望の場合は、園までお問い合わせください。

★担当 矢本：3、8、20、26 原口：11

・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・きりとり・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・

子育てなんでも相談申込票（提出用）

6/ 3 (水)	10時～()	11時～()	12時～()	13時～()	14時～()
6/ 8 (月)	10時～()	11時～()	12時～()	13時～()	14時～()
6/11 (木)	10時～()	11時～()	12時～()	13時～()	14時～()
6/20 (土)	9時～()	10時～()	11時～()	12時～()	
6/26 (金)	10時～()	11時～()	12時～()	13時～()	14時～()

組名 () 子ども氏名 ()