



さくらんぼだよい

草笛学園 2025年6月号

蛍の季節になりました。草笛学園のある自然豊かな加茂町では、夜になると川辺に蛍が飛んでいます。ふわふわと漂う、柔らかな黄色い光が見えると、なんだかウキウキした気分になります。その他にも、かたつむりやカエルなどの虫たちも、見られます。子どもさんと一緒に近所をお散歩しながら、いいもの探しをしてみると、この季節ならではの発見や“おもしろさ”に気づくきっかけがあるかもしれませんね♪



やる気の土台となる 自己肯定感を育む8つの方法

具体的に、どういう関わりで自己肯定感は育まれていくのでしょうか。

実は日々の子育ての中で、自然と行っていることがほとんどなのですが、ポイントを8つに分けてみました。

①スキンシップ

抱っこする、ハグする、ぎゅっとする、手を握る、頭をなでる、キスする、一緒にお風呂に入る。

②ご飯をつくる、一緒に食べる

③一緒に遊ぶ

④泣いたらよしよしする

⑤子どもの気持ちを酌んで言葉にして返す

「嫌だったんだね」「さびしかったんだね」「うれしかったね」

⑥子どもの話を聞く

⑦絵本を読む

⑧子どもをまるごとほめる

「大好きよ」「あんたといふと楽しいわ」「どんなことがあっても、お母さんは味方だよ」「やっぱりうちの子がいちばん!」「おまえはいいやつだ」「とにかくあなたのこと信じてるから」「生まれててくれてありがとう」

このような、子どもをまるごとほめる言葉は、「能力への自信」よりも、「存在への自信」を育む言葉です。

こういう言葉をかけ続けられた子どもは、自分の存在を全肯定されたと感じます。

「こうだから好き」「〇〇だからえらい」という条件つきだけではなく、時には、何の根拠もなく、ほめる、肯定していく、そういうことも私はあっていいことだと思っています。

ただ、もちろん、これを全部しないと自己肯定感が育たない、というものではなく、できることから、やっていけばよいと思います。この中には、ほめるほめない以前に、子どもたちと、ごくふつうの生活でしていることもあります。

こんなことで自己肯定感が育つか、と思われるかもしれません、実は、ふだん、当たり前のようにやっていることが、子どもの自己肯定感を育てるうえで、とても大切なのだということを知りたいと思います。

そういう意味では、うまく子どもをほめられなくても、キしてばかりいても、とりあえず、子どものご飯を作ったり、身の回りのことをしたりしていれば、それなりに子どもにも伝わっていく、ということだと思います。

明橋 大二 著 「大好き!が伝わる ほめ方*叱り方」より

ふだん、我が子と関わる中で、つい叱りすぎてしまったな…と、寝顔を見ながら自己反省することも多々ありますが、それは、お母さん、お父さんがそれだけ子育てを頑張っているからこそ、と思うのです。何気ないことだけれど、上記文献にあるようなことを日常の中でしているはずです。自分の子育てに自信をもって!、とまではいかないにしても、我が子のことを思う気もちは誰にも負けない!という自信をもって、日々の子育てへのエネルギーにしたいですね。

そしてお母さん、お父さん自身の息抜きや、ホッとできる時間も、大切にしていきましょうね。

次回のさくらんぼ教室は…

さくらんぼ①・・7月10日(木) 13:00~15:00

→プールをします

さくらんぼ②・・7月24日(木) 13:00~15:00

→プールをします

★持ってくるものは、さくらんぼ①も②も同じです。

…水着・水泳帽・タオル・水筒・シューズ・ラッシュガード(必要な人)・着替え

★保護者の方は、プールサイドで見学になるので、濡れるかもしれません。また、日差しを浴びやすいので、水筒や帽子、タオルなどを持ってきてもらうとよいと思います。

◎雨天の場合…室内サーキットをします。

持ち物はいつも通り(水筒・着替え・シューズ)をお願いします。

『参加される皆様へ』 ~ご協力をお願いします~

・お休みをされる場合は、学園までご連絡ください

・参加費は100円です。(制作や、クッキングの活動の時には、材料費として追加でもう100円いただきます。その都度連絡いたします。)

・活動は主に、草笛学園遊戯室での活動となります。

・水分補給のため、お茶を用意して下さい(ジュース類は控えてください)。

・きょうだい児の参加はご遠慮ください。預け先がない場合は事前にご相談ください。

・トラブルによるケガ防止のため、参加前に爪を必ず切ってきてください。

