

これって しつけ？

♪エピソード♪

表の項目は、しつけにあたるかどうかを考えてみましょう。

(しつけだと思ふ欄には○を、しつけではないと思ふ欄には×を記入しましょう。)

項目	しつけ？
言葉で3回注意しても聞かなかったので、頭にげんこつをした。	
大切なものにいたずらをしたので正座をさせた。	
他人の物をとったので、お尻を叩いて注意した。	
友達を殴ってケガをさせたので、痛みをわからせようと子どもをたたいた。	
宿題をしなかったので、夕ご飯を与えなかった。	
悪口を言ったので、「あんたなんか産まなきゃよかった。」と子どもに悪口を聞かせた。	
「○○は、ちゃんとできるのに、なんで、あなたはできないの？」と、奮起させるために、年下のきょうだいと比べて伝えた。	
子どもの前で、配偶者と言い争い、喧嘩をする姿を見せた。	

① 昔と今では、しつけはどのように変わったと思いますか？

② どんな時に、子どもに対して否定的な感情になりやすいと思いますか。

③ 今後、どのようなことを意識していきたいと思いますか。

子どもがもっている権利

たたかれたり
ひどいことを
言われたい



げんき・けんこうに
まいにちをすごして
成長する



ほごしやひと
保護者の人から
そだてられる
まもられてもらえる



じぶんのいけんをいう
はなしを聞いて
もらえる



子どもの気持ちや考えに
耳を傾けましょう

- 相手に自分の気持ちや考えを受け止めてもらえたという体験によって、子どもは、気持ちが落ち着いたり、大切にされていると感じたりします。
- 子どもに問いかけをしたり、相談をしながら、どうしたらよいかを一緒に考えましょう。

体罰によらない
子育てのための
工夫のポイント

良いこと、できていることを
具体的に褒めましょう

- 子どもの良い態度や行動を褒めることは、子どもにとって嬉しいだけでなく、自己肯定感を育むことにもなります。
- 結果だけではなく、頑張りを認めることや、今できていることに注目して褒めることも大切です。

「言うことを聞かない」
にもいろいろあります

- 保護者の気をひきたい、子どもなりに考えがある、言われていることを子どもが理解できていない、体調が悪いなど、さまざまです。
- 「イヤだ」というのは、子どもの気持ちです。こうした感情を持つこと自体はいけないことではありません。重要なことでない場合、今はそれ以上やり合わない・・・というのも一つです。

注意の方向を変えたり、
子どものやる気に働きかけてみましょう

- 子どもはすぐに気持ちを切り替えるのが難しいこともあります。時間的に可能なら待つことも一案です。難しければ、場面を切り替えるなど、注意の方向を変えてみるのもよいでしょう。
- 子どもが好きなことや楽しく取り組めることなど、子どものやる気が増す方法を意識してみましょう。



子どもの成長・発達によっても
異なることがあります

- 子どもの年齢や成長・発達の状況によって、できることとできないことがあります。また、大人に言われていることが理解できないこともあります。
- 子ども自身が困難を抱えているときは、それに応じたケアを考え対応しましょう。



肯定文でわかりやすく、
時には一緒に、お手本に

- 子どもに伝えるときは、「ここでは歩いてね」など、肯定文で何をすべきかを具体的に、また、穏やかに、近づいて、落ち着いた声で伝えると、子どもに伝わりやすくなります。
- 「一緒におもちゃを片付けよう」と共に行ったり、やり方を示したり教えたりするのもいいでしょう。

〈保護者自身のポイント〉

- ★否定的な感情が生じたときは、それは子どものどんな言動が原因なのか、自分自身の体調の悪さや忙しさ、孤独感など、自分自身のことが関係しているのか振り返ってみましょう。
- ★深呼吸して気持ちを落ち着けたり、ゆっくり5秒数えたり、窓を開けて風にあたって気分転換するなど、少しでもストレスの解消につながりそうな自分なりの工夫を見つけましょう。