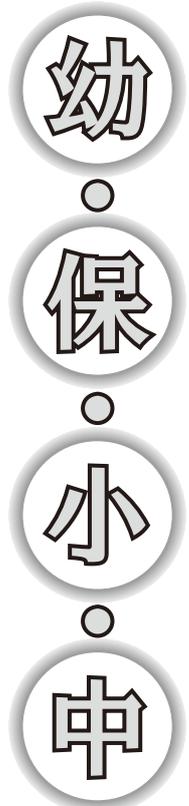


家庭、園・学校が ともに育ち合うための手引き

生活習慣・学習習慣・食育研究部会で作成した「家庭、園・学校がともに育ち合うための手引き」の中から、子育てQ&Aの一部を紹介します。家庭教育の参考にしてください。

＝ 全国へ発信 ＝

一貫教育プロジェクト



子育てQ&A 乳幼児期

Q 「基本的生活習慣」とは、どういうことですか。

食事、排せつ、着脱、清潔、睡眠など毎日の生活に必要な習慣をいいます。例えば、あいさつをする、手を洗う、着替える、決まった時刻に起きる、決まった時刻に食事を取る、といったことです。

初めは手を借りていても、声を掛けることによって自分でできるようになり、自然に行えるよう身に付けていくことです。それができるようになることが自信となり、小学校へ行ってからの学習や友達作りの基礎となります。



Q 「基本的生活習慣を身に付けさせる」には、どのようにしたらよいのでしょうか。

大人が手本となってやっているのを見せましょう。身近な大人のまねをすることから始まり、身に付けていきます。根気よく働きかけましょう。同じ動作の繰り返しによって、自然にその行動ができるようになります。子どもがある程度、話が理解できるようになったら、「どうしてそうしなければならないのか?」「そうした方がよいのか?」を分かりやすく知らせることも大切です。いつも一貫した態度で取り組みましょう。やり方が日によって違くと、子どもはとまどってしまい、なかなか身に付きません。

できれば規則正しい生活リズムの中で、同じ方法で繰り返し取り組んでいくのがよいでしょう。

できたことを認めてほめましょう。

たとえうまくできなくても、自分からやろうと頑張ったときは、小さなことでも見逃さずほめてあげましょう。

「歯を磨く」「残さずにごはんを食べる」など、当たり前の子どもの姿を見逃さずほめてあげましょう。次への意欲につながります。小さいときからのしつけは将来の自立につながり、生きていく力を育てる上でとても大切なことです。

「子どもが嫌がっているから」「まだ小さいから」「子どもがかわいそうだから」「そのうちできるから」「時間がないから」これは親としての本当の優しさ、愛情でしょうか。

子どものペースに合わせて一緒に進めていきましょう。



Q 乳幼児期のしつけが大切なのは分かりますが、毎日忙しくてなかなかできません。しつけのポイントを教えてください。

親としてやらなければならないことがたくさんあって、本当に子育ては大変です。まず、子どもの様子を見て、一番身に付けさせたいことを決めましょう。そしてあせらず、毎日の積み重ねを大切にしていきましょう。

<しつけのポイント>

しかることよりほめることを多くしましょう。

<しかることについて>

しかることが多いと、子どもは「自分は悪い子なんだ」と思います。厳しくしかるよりも子どもを励ますほうが良いでしょう。



<ほめることについて>

ほめるのは簡単です。子どものよい行いや、今まで「やれて当然」と見逃していたことを見つけて声を掛けていきましょう。

「したい」という子どもの気持ちを大切にしましょう。

0歳から発達していくに従って、「やってみよう」「したい」という気持ちが芽生えてきます。

しかし、初めはうまくできないので、つい親が手を貸し過ぎたり、全部してしまったりすることがあります。時間にゆとりがあるときは、できるだけ子どもに任せて見守ってあげてください。「やってみよう」「したい」という時期を逃すと子どもは、やってもらおうことが当然となり、依頼心の強い子になります。



「早く!」「だめ!」「頑張りなさい」を使いすぎないようにしましょう。

例えば、「早くしなさい」という言葉を使い過ぎると、子どもはどんな気持ちを持つでしょうか。「ぼくってそんなにすることが遅いのかなあ」「私はいっしょうけんめいしているのにお母さんは分かってくれない」・・・。

そこで、子どもが自分からできたときに「早くできたね」と言ってみてはどうでしょう。「やればできるんだ」と、どんどん自信を持つことができるでしょう。

してはいけないことははっきり教えましょう。

人に迷惑がかかることや危険なことは、その場ですぐに教えましょう。教えるときには、してはいけない理由を分かりやすく話しながら、毅然とした態度で子どもに接するようにしましょう。将来子どもが社会に出て生活していく上で、社会のルールを身に付けておくことは、とても大切なことです。

<子育ての成功の秘けつ>

親の理想に子どもを引き上げるのではなく、目の前の子どものほんのちょっとしたよい行いを見つけてほめましょう。

親が手本です。子どもは親のやることはよく見えています。子どもの手本になるような言動をしましょう。

