



# カウンセリングだより

保育観察エッセイ②

**はったつがみえるよ!**

～ふんかのこどもたち～

キンダーカウンセラー  
園村 和代

♪ 幸いにも、私はキンダーカウンセラーとして、子ども達の中に入って一緒に遊ぶことができます。毎月1回の訪問で、触れ合う時間は限られていますが、頻度が少ない分、子ども達の成長を感じられることが多く、毎回生き生きとたくましく変わっていく姿がとっても楽しみです♪

3学期の相談日は

1月25日(火)・2月8日(火)・3月8日(火)

の月一回火曜日です。どなたでも、お気軽にお越し下さい。  
子育て支援室「ふんかベビーカフェ」は毎週月曜日 10時～14時まで開放しております。  
乳児の子育て中のお母さん、お茶を飲みながら育児相談や情報交換をして、ぜひ親子でリフレッシュしてください！(予約は要りません。コロナウイルス感染状況により、中止することもあります)

新年、あけましておめでとうございます。寒さが一段と染みるこの季節。新しい年がスタートしました。昨年末、訪問させて頂いた時に各クラスではクレヨンやマーカーを使って年賀状作りに取り組んでいる姿や、ねじり鉢巻き姿で杵を持って、皆で協力してお餅つきを楽しんでいる姿がみられました。

冬休みは、感染予防対策に取り組まれながら、各ご家庭でそれぞれのお正月を過ごされた事と思います。子どもと過ごしている中で、興味・関心があることに注意を向けて観察していると、好きなことや得意なことに集中・没頭している状態に出合う事があります。そのような概念を、自分が流れていくという感覚を持つという意味で「フロー状態」になるといいます。

このようなフロー状態が起こる条件の1つとして「活動がやさしすぎず難しすぎないこと」つまり挑戦と能力の間に、バランスが保たれている事が大切だといわれています。例えば、水泳などは自分の挑戦できる能力と課題のバランスが保たれていると、指導するコーチの言葉がけが、具体的でその子どもに適した方法であれば、ぐっと集中して取り組んでいくことができます。あまりに高い挑戦であると不安になってしまいますし、自身の能力よりもやさしすぎるものであると退屈でもあり、飽きてしまいやすくなります。没頭できて、熱中できる活動を増やしていくことで、人生の満足感や達成感を得ることができます。お子様の活動をよく観察し、その中で好きで得意なことに気付き、能力が発揮できるように環境の設定をすることがとても大事だと思います。

「より挑戦しがいのある活動に取り組み、精力的に身体を動かす事」や「様々なスキルを伸ばして、それを使う機会に巡り合うチャンスを得ること」が、好きなこと・得意なことに対する成功体験を積み上げることになります。子どもたちが成長していく過程の中で、自分を信頼して自信をもつという経験を大切にしていきたいです。

3学期も月1回、保護者の皆さまとの個別相談や、園児たちとあそびを通して関わっていきます。大きな悩みでなくても、ちょっとしたことでも話せる子育て相談とお考えいただき、お気軽にご利用ください。お子様だけでなく、ご家族のことやご自身のことなども相談にのらせて頂いております。

毎月1回、キンダーカウンセラーとして蛭池文化幼稚園を訪問しております臨床心理士の園村和代と申します。普段は大学の相談機関で就学前のお子さんと保護者の方の子育て支援をしながら、兵庫県や大阪府の幼稚園でキンダーカウンセラーをしています。趣味は音楽鑑賞や読書、楽器演奏も好きです。時間ができれば、しばらく吹いていないトランペットを習いに行きたいと思っています。小学生と保育園児の子どもの母親です。皆さまとは、同じ世代の子どもを育てている親として日々を過ごしています。どうぞよろしくお願いいたします。