



# カウンセリングだより

保育観察エッセイ②⑦

## 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♪

2学期の相談日は

9月12日(火)・10月17日(火)・11月14日(火)・12月12日(火)

の月一回火曜日です。どなたでも、お気軽におこし下さい。

子育て支援室「ふんかベビーカフェ」も毎週火曜日にひらいています!

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ね。カウンセラーの子育て相談も受けられますよ!(予約制)

新年度も半分が過ぎて9月になりました。外に出れば汗ばむ季節ではありますが、暑さも少しずつ和らぎ、季節は段々と秋に近づいてきました。2学期は運動会や作品展、発表会などのたくさんのワクワクする行事が待っています。今までの練習や、園生活の中で培った力を発揮できる楽しみな機会ですね。

発表の機会や舞台の上で、自分の持っている力を発揮していくためにいざという時に踏ん張れる力はとても大切です。踏ん張れる力を身につけるためには、ゴムのようなしなやかで柔軟な心を持ち、困難にぶつかっても乗り越えていける力「レジリエンス」を育む事が大切です。**子どもの踏ん張る力=レジリエンスを支えているのは、お父さんとお母さんの愛情です。**

普段のかかわりの中での丁寧な言葉かけや、子どもの存在を大切に成長を願う態度から「お父さん、お母さんは、ぼく(わたし)の味方なんだ」という事を、普段の関わりの中で実感することが出来ます。そのような関わりの中で子どもは「何があっても大丈夫」という心の土台がしっかりと育っていきます。

集団生活の中では、もしかしたらお子さんが「みんなの方ができる」「私はダメなんだ」と感じる場面がでてくるかもしれません。「お友達と比べて自分の方がダメだった」と落ち込んでしまった時は、どうぞ一緒に落ちこんであげてください。子どもにとって一人で抱え込んで、落ち込むことはとてもつらいことです。一緒に落ち込んであげることで、お子さんのつらさが軽減されて、レジリエンスや元気が少しずつ回復していくといわれています。

子どもが一番つらい思いをしている時は

**①落ち込んだ時に一緒に落ち込んであげる。 ②ダメなことがあっても大丈夫だよ。なんとかなるさ!と伝えてあげる。 ③「もう一度やってみよう」と再チャレンジを応援する。**

このような姿勢で関係性を育む習慣の中で、行きつ戻りつしながら失敗を乗り越えて行く体験を積み重ねていくことで、本当のレジリエンスが育まれていくといわれています。

人生は、何もかも順調にいくときばかりではありませんので、前向きに生きていくために何度でも立ち直れる力が必要になります。**幼児期に育まれたレジリエンスは、人生を生きていく上でとても大切な力になります。**一緒に居てあげることが出来るこの時期に、お子さんのレジリエンスを育てていくことは、ぼく(わたし)の人生において、お父さんお母さんができる最大のプレゼントになると思います。ぜひ、心の土台をつくるために、お子さんとの関わりの中で、たくさんあたたかい言葉をかけてあげてください。

次回の相談日は、12日(火)を予定しております。1回の面談時間は1時間を予定しております。大きな悩みでなくても、夏休みの出来事であったり、ちょっとしたことでも話せる子育て相談と思って頂いて、気軽にご利用ください。お待ちしております。

キンダー・カウンセラーとして、毎月1回、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おります。保護者のみなさまが、お子さんとどう関わったらいいのかな?など子育ての悩みや、お友達同士の間わりや園生活の心配などの相談にのらせていただいております。費用は園負担ですので無料です。また、いずみ保育園やあつがるこども園、バンビクラスなど園児の保護者以外の方も参加可能です。来園が難しい方には、出向いて相談を受けることも可能です。どんな些細なことでも「ちょっと聞いてみたいな〜」「こんなときどうしたらいいかしら」というときに、お気軽にお越しください。