

たくましい子に育つために…
Part 4

子どもがくじけそうなときは

こんな支援が効果的

- ◆ 子どもの長所をいくつか取り上げ、それを子どもに十分に意識させて、自分の長所を生かしてチャレンジするように励ます。
- ◆ 過去に困難を乗り越えた経験を思い出させたり、親自身が自分の経験を語ったりするなどして、どうすればよいか一緒に考える。

留意点

うまくいかなかったときは、子どもの努力不足ややる気の問題とせず、方法に問題があったとして、親子で一緒に考え直します。

特に、小学校段階でのこうした親の働きかけは、自尊感情を育み、子どもが自信を持てるようになる上でとても大切です。

Q ある朝、急に体の不調を訴え、休むと言って動きません。親から見て明らかに疑わしいのですが、どう対応すればよいのでしょうか。

A 休ませて学校のよさを感じさせる

子どもを疑う言葉は控え、体調を心配します。学校を休ませる場合は、「治った」と言っても、その日は家の中で静かに過ごさせ、学校のよさを感じられるようにします。翌日、登校すれば問題ありませんが、再び渋る場合は何らかの心の問題を抱えている可能性を考えます。

こんな悩みを…

Q ここに書かれていることの大切さは分かりますが、実際には、ついカッとなって強く叱ってしまうこともよくあります。

A 子育ては長丁場。力まないで!

忙しさ、体調、気分…親にも事情はあります。常に適切にかかわることなど誰もできません。大事なものは、子どもが不満より満足、不安より安心、失敗より成功、叱責より賞賛を、より多く経験することです。親自身の気分転換も大事ですね。



困ったときは気軽に相談を。専門の相談員と一緒に考えます。

小中学生の学校生活や年長児の就学に関しては…

◆ 宇都宮市教育センター 639-4380・4381(予約制)

乳幼児を中心に18歳までの子の発達に関しては…

◆ 宇都宮市子ども発達センター 647-4720(予約制)

子育て全般(虐待問題を含む)に関しては…

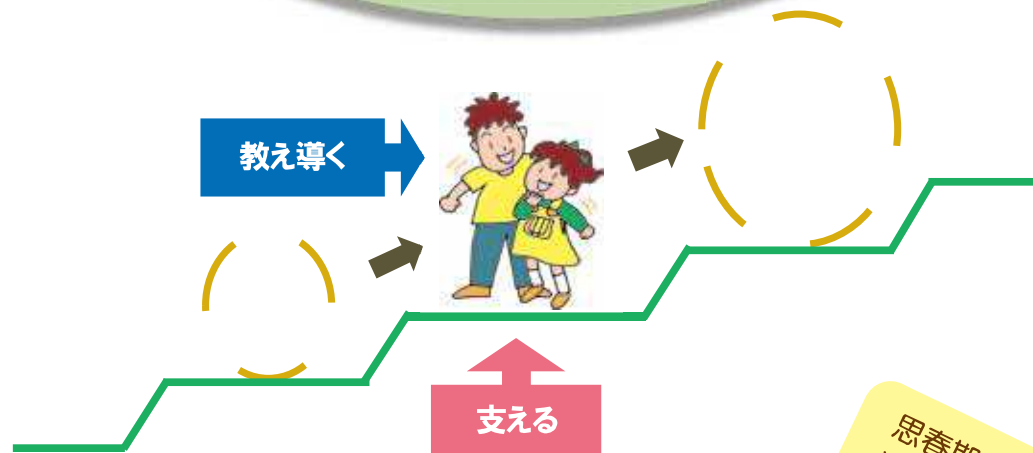
◆ 宇都宮市子ども家庭課 子ども家庭支援室 632-2390

小学生までの子を持つ保護者の皆さんへ

思春期にかけて

不登校になりにくい子に育つための子育てのポイント

キーワードは
たくましさ



不登校が急増する思春期に向けて、お子さんを不登校のリスクから守るための小学生までの子育てのポイントをここに集約!

宇都宮市教育センター

不登校は身近な問題です

中学生になると不登校が急増します。今は順調に登校している子でも、育て方によっては、先々不登校になるリスクを高めることになります。

確かな学力や豊かな心、健やかな体を育み、人として知・徳・体のバランスのとれた成長を果たすための学びの場、それが学校です。

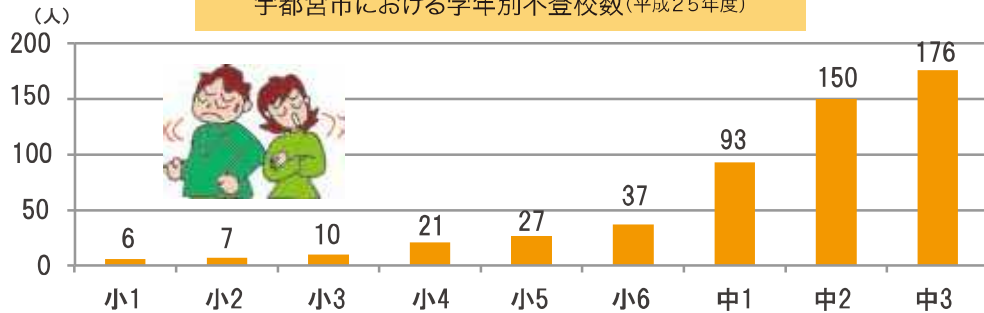
その学校に、お子さんが行かなくなってしまったら…。

まさか、と思うかも知れませんが、思春期の中学生になると、学校に行けなくなる子が小学生に比べて数多く現れます。

不登校の要因は様々ですが、同じような状況にある子でも、不登校になる子もいれば、ならない子もいます。この違いはどこから生まれるのでしょうか。

このリーフレットでは、思春期に向けてお子さんが不登校になりにくい子に育てていくための親の役割と子育てのポイントについてまとめました。

宇都宮市における学年別不登校数(平成25年度)



子どもの気持ちに任せて、「学校に行きたくないなら仕方ない」と、休むことを安易に認めてしまうことは、不登校になることを助長する結果を招きかねません。

学校の先生や、スクールカウンセラーなど心の専門家の意見を聞きながら、慎重に対応することが大切です。不登校からの学校復帰は簡単ではないのです。

進級後に前年度の不登校が解消した児童生徒数(平成25年度)



不登校数について: 国の調査では、不登校を理由とした年間30日以上の欠席者を集計することになっています。

不登校になりにくい子とは？



楽なことばかりではない、それが学校

学校生活では、自分の希望や好みにかかわらず、学習することや集団生活のルールを守ること、様々な個性を持つ仲間と協力し合うことなどが求められます。また、思いどおりにならなかったり、予想外のことが起こったりして、辛さや不安を感じることもあります。

課題を達成する経験や困難を乗り越える経験が、子どもを成長させる

学校の先生から意図的に課せられる課題や役割、集団生活の中で生じる問題などに対して、子どもは、必要に応じて周囲のサポートを得ながらも、自分の力で乗り越え、達成する経験を積むことが大切であり、そのことが子どもを成長させます。

折れない心や立ち直る力など、たくましさを育むことが不登校の予防に

課題の達成や困難の克服には、難しい状況に直面しても、様々な工夫をしながら粘り強くがんばることのできる“折れない心”や、気持ちが落ち込むような出来事があっても、いつまでも引きずることなく前向きになれるような“立ち直る力”など、“たくましさ”を育むことが必要です。

たくましい子は様々な状況に適応していく力に優れ、不登校になりにくいのです。

たくましさは、こんな言葉や態度に表れます

- ◆くやしいな! よし今度こそ!
- ◆大変だなあ、でもあきらめないぞ
- ◆恥ずかしかったけど、いい経験
- ◆何とかなる、何とかできる!
- ◆もっといい方法を見つけるぞ
- ◆気持ちを切り替えてがんばるさ
- ◆苦手だけどチャレンジだ!
- ◆失敗したって私は大丈夫

たくましい子に育つためには…?

⇒中のページを開いてご覧ください。



たくましい子に育つために...

Part 1

愛情豊かに支える & 正しく教え導く バランスのとれた子育てを

愛情豊かに子どもの心を支えることで、子どもは...

- ・自分は親に大切にされていると感じます。
- ・親への絶対的な信頼感をもち、安心できます。
- ・何があっても大丈夫と思えるようになります。

たくましさの
基盤

- 心の安定
- 取組む意欲
- 正しい判断力
- 行動力
- 忍耐力
- 人間関係力
- ...

具体的
には...

教えるべきことを正しく教え導くことで、子どもは...

- ・考える力や正しく判断する力が養われます。
- ・社会生活を送るためのスキルを身に付けます。
- ・心のよりどころを得て、挑戦しようとしています。

たくましい子に育つために...

Part 2

認め、励まし、自信を持たせる

「根拠のある自信」だけでは、この先が心配です

学習やスポーツなどの結果がよかったことしか認めてあげないと...

- ・結果を出して認められることで、そのことを根拠に自信を持ちます。
- ・結果を出さなければ認めてもらえなくなる不安や苦しさを常に抱えます。

やがて他の子が力を伸ばしたり、自分自身が伸び悩んだりすると...

- ・自信が持てる根拠がなくなり、自信をなくしてしまいます。
- ・自己否定感を募らせ、活動意欲が低下し、不登校のリスクが高まります。

「根拠のない自信」が、たくましさにつながります

わが子を受容し受け入れ、失敗しても、良い面のすべてを認めれば...

- ・能力や結果に条件付けられた自信と違い、その根拠ははっきりしませんが、「自分はきっとできる」「失敗したって大丈夫」と思える子に育ちます。
- ・様々な状況の変化にも揺らぐことのない、確固たる自信となります。

心の安定と社会性を育てるための親の役割

チェック あなたの子育てで、できていると思うことをチェック☑しましょう。

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> 笑顔で温かいまなざしを向ける | <input type="checkbox"/> 基本的な生活習慣をしつける
(食事・排泄・着替え・生活リズム) |
| <input type="checkbox"/> 「かわいい」「いい子」「大好き」の言葉かけをしている | <input type="checkbox"/> あいさつ、礼儀・マナーを教える |
| <input type="checkbox"/> 甘えん坊を受け入れて甘えさせる | <input type="checkbox"/> 善悪の区別をはっきりと示す |
| <input type="checkbox"/> 話をしっかりときいてあげる | <input type="checkbox"/> (冷静に)本気で叱る、さとす |
| <input type="checkbox"/> 子どもの求めにこたえる | <input type="checkbox"/> 手本を示す 必要な情報を与える |
| <input type="checkbox"/> 一緒に遊ぶ、一緒に喜ぶ・感動する | <input type="checkbox"/> 仕事や役割、課題を与える |
| <input type="checkbox"/> ほめる、認める、励ます、慰める | <input type="checkbox"/> 集団での生活や活動を経験させる |
| <input type="checkbox"/> 困っているときに助ける | <input type="checkbox"/> 行動を振り返らせる |

愛情豊かに支える

正しく教え導く

バランスが大事!



しつけ 家庭教育・経験させる

愛情 保護・世話・癒し



チェック こんな姿が見られたら要注意! 子育てのバランス、崩れていませんか?

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> 親の前ではよい子。学校では困った子。 | <input type="checkbox"/> 家の外では温厚。親には暴言・暴力。 |
| <input type="checkbox"/> 親から離れて活動することを嫌がる。 | <input type="checkbox"/> 人前でも平気でだだをこねる。 |
| <input type="checkbox"/> 自然な笑顔があまり見られない。 | <input type="checkbox"/> 人目や成績・評価をひどく気にする。 |
| <input type="checkbox"/> 他の子やきょうだい・ペットをいじめる。 | <input type="checkbox"/> 家などでお金や物をこっそり盗る。 |

⇒ 学校や幼稚園・保育所の先生からわが子の様子を聞くほか、先輩ママ・パパから話を聞いたり、親学講座に参加したりするなどして、広く情報を得るようにしましょう。

発達の段階を踏まえて育てる

心や社会性の発達には、一定の順序性があります

- ・発達の各時期に養うべき「心や社会性の資質」がおおよそ身に付いた子は、次の段階へと、おのずと気持ちや行動が向かっていきます。
- ・各段階をたどって着実に成長している子は、学校生活に適應しやすく、様々な課題や困難にも心が折れずに向かっていける力を身につけていきます。

中学校では、小学校までの育ちが試されます

- ・不登校が急増する中学生(思春期の前半)は、新しい人間関係や、学習、部活動、進路など、多くの課題に向き合うことになります。それまでの心の育ちやコミュニケーション能力など社会性の定着度が適應の状態を左右します。

具体的には…

※各時期の区切りは、あくまで目安です。
※成長には個人差があります。お父さんの姿と照らし合わせながらご覧ください。



乳児期

- ・空腹や排せつの不快感を解消してくれる親の存在をおおして、人を信頼する心の基礎を築きます。

⇒ ひとりでは何もできない子どもの欲求を読み取って、笑顔で温かく世話をします。



幼児期・前半

- ・トイレトレーニングを始めとするしつけをおおして、欲求をコントロールして行動する自律心とgive&takeの人間関係の基礎を育みます。

⇒ 失敗を繰り返してもカリカリしません。子どもとのやり取りを楽しみながら、二人三脚でゆったりと進めます。



幼児期・後半

- ・何でも自分でやろうと挑戦します。
- ・集団保育の大勢の中でも積極的に行動し、自主性を身に付けます。
- ・幼児期前半に育んだ自律心をもって、集団適應を果たします。

⇒ 子どものやる気を受け止め、大きな問題がない限り、できるだけ挑戦させます。
制しばかりだと、やる気の芽を摘んでしまいます。



児童期 (小学校低・中学年)

- ・学習が本格的に始まり、活動の幅も飛躍的に広がります。仲のよい友達も増えていきます。
- ・幼児期に培った自主性を発揮して、学習や自分の役割に取り組む中で、コツコツと努力する勤勉な態度を養います。

⇒ 子どもの興味関心や性格・適性・能力に応じた活動の機会を与えて、取り組む姿勢を大いに認めます。
親の考えや願望ばかりを押し付けないようにします。



前思春期 (小学校高学年)

- ・体の変化(二次性徴)が始まるとともに、心のありように変化の兆しが表れます。
- ・自分の存在を、仲間と比較して意識し、ひとりで思い悩むなど、天真爛漫な子どもらしさが薄まってきます。

⇒ 子どもと密着し過ぎないように、距離の取り方を少しずつ変えていくことを考えます。
大人びた言動に対して成長を認め、さらに考えさせるなど、自立に向けたスタートを応援します。

こんなときは？

年齢よりも下の段階の育ちが十分でないと思ったら…

お子さんの年齢に応じたかわり方にこだわらず、実際の姿に応じて、年齢よりも下の段階のかわり方を意識してみましょう。

大人びた姿に、どこか不自然さが感じられたら…

子育てに手がかからずに、早くから大人っぽい感じの子の中には、どこかの段階を十分でないままにとび越えてきている子がいます。思春期を迎えるまでに、子どもらしい自然な姿で過ごす経験を積むことが、その先の成長にとって大切です。甘え下手な子には、甘えられる機会を親がつくってあげることも大切です。



思春期・前半 (中学生)

- ・自分の容姿や性格、能力などを意識し、悩みが増えます。
- ・自立願望が強まり、親への依存心が薄れる一方で、仲間を何より大切にします。
- ・様々な矛盾に気付くようになり、大人に反抗します。
- ・何を考えているのか分かりにくいのですが、心の成長が著しい時期でもあります。

⇒ 過渡期中途半端さ、不安定さに、大らかな心で向き合います。
「もう大人でしょ」と突き放すことや、「まだまだ子どもね」と、からかうのは禁物です。
見守るかわりが基本ですが、ひどく苦しんでいるときや、問題が起こったときなど、ここぞという場面では本気で支えます。