

みころも ようちえん通信

2019

企画・編集:(株)ASO

ママの声
友だちを意識するようになり、妹の世話をよくしてくれるようになりました。

ママの声
作ったものは、ぜんぶ家に貼っています。

ママの声
毎日「たのしかったよ～！」って帰ってきます。少しあ姉ちゃんになつたかな。

ママの声
運動会を見てこの園に決めました。先生が一所懸命だった。

お迎えタイム
感動の瞬間です！

みころも幼稚園で いちばん小さいクラス いちご組

やってみたい、おもしろいが いっぱいあるよ！

「自分でできる！」が自信に

2歳児は服や靴の着脱、食事や排せつなど、身の回りのことはまだ上手にはできないし、時間もかかる年齢です。3歳以上児との大きな違いは、生活面にかかる時間をたっぷりとっていることでしょうか。「（身の回りのことが）自分でできる、」ということが自信につながり、いろんなことに意欲的になっていくんですね」と大内先生。食事のことでも悩むママは多いのですが、幼稚園のこの日の給食はほとんどの子が完食！ 張り切って食べていましたよ。



できることが、どんどんふえていく

お天気の良い日は、靴を履き替えてお庭で遊びます。一人がジャングルジムに登りだすと、「ぼくも」「わたしも」と普段あまりやらない子まで登り始めます。初めてのこともお友だちといっしょだとやってみたくなるのですね。

ぎこちない手つきながら、ひも通しやタイル並べに集中するシンンも見られました。2歳児は成長が進むにつれて、できることの種類や数もどんどん増えていきます。制作や絵の具あそびなど、子どもの様子をみながら様々な活動を取り入れているそうです。



ズボンをはく

トイレに行ってみる

お返事はーい！

遊んだ後のお片付け

スマックのボタンをはめる



満3歳児クラス いちご組

「なにかな？」「できたよ！」
「やってみたい！」
2歳児は好奇心の塊（かたまり）
その集中力って驚きです。



今回訪ねたのは満3歳児クラスいちご組。5月から通い始めて約2ヶ月、園の生活にもようやく慣れてきた頃です。担当するのは大内先生（担任）と2人のベテラン先生（補助教諭）。一人ひとりの想いを受け止めようとする先生たちの優しい関わりで、「えっ、これが2歳児？！」とびっくりするほどの落ち着いた雰囲気でした。

レポーター あきもとさちこ





専科の先生と遊ぶ

専科の時間は、担任以外の先生とふれあうちょっと刺激的な時間です。男の先生や外国人というだけで、最初の何回かは戸惑う子も。専科といっても2歳児にはすべて楽しい遊びです。好奇心いっぱいの子どもたちは、目をキラキラさせて先生のお話を集中していました。



ID 知育あそび

“手や指をたくさん使おう”

いろんな形にタイルを
はめられるかな

伊ヶ谷先生



ID 音楽ひろば

“リズムって、歌うって気持ちいいね”

♪大きな太鼓ドーブードーン、
小さな太鼓ドンドン♪

富田先生



ID 英語あそび

“ハロー・ハロー、ハーワーウー”

Let's sing a song!
♪ ABCDEFG ~♪

ダリン先生



ID 体操教室

“マットの上でおいもさんころころ～”

頑張れー！
みんなで応援するよ。

伊藤先生・石井先生



いちご組の先生から one point

2歳児は「自分でやりたい気持ち」が芽生える時期ですね。すぐに手を出さず、まず見守ることを心がけています。ボタフコかけ一つでも、自分でできるようになると自信につながります。どの程度手伝うかは一人ひとり違っていて、「自分でできた！」という気持ちを育てることを一番に考えています。



帰るお支度をする

自分で食べる

給食の用意をする

手を洗う

ひもを細い穴に通す



うちの子は大丈夫かな？親がしてあげられることは？

「自分が好き！」と言える子に育てたい！

国際調査によると、日本の子どもは「自分に自信がない」「自己肯定感が低い子」が多いのだとか。

そして、「自分が好き！」という気持ちを育てるポイントは、実は日々の親子のかかわりの中にもあるのだそう。

子育て中のお母さん、そしてお父さんにもぜひ知ってほしいお役立ちアドバイスをお届けします。

お話／坂本玲子先生



自信のベースは「愛されている」の安心感

人間の赤ちゃんは、まだ自分では何もできない状態で生まれてきます。そして、泣けばおっぱいを飲ませてもらったり、おむつを替えてもらったり、と愛情を込めてお世話をもらうという経験を通じて、「自分は愛されている」「自分は大事な存在なんだ」という感覚を少しずつはぐくんでいきます。この「基本的信頼感」をベースにして、子どもは少しずつ自分の世界を広げていきます。

お母さんの「いいね！」が子どもの自信を育てます



1才半くらいになると、子どもはさかんに自己主張を始めようになります。見るものすべてに興味津々、何でも自分でやってみたくてワクワク。この時期に大事なことは、子どもの興味ややる気を上手に受けとめて、いっしょになっておもしろがったり、「できたね」と喜んであげることです。

子どもが何かに興味を持ったら、「あなたはそれがやりたいんだー。いいねえ」「おもしろいもの、見つけたねー。ステキだね」と声をかける。子どもが「できた！」とうれしくなったときには、「あ、できたねー。うれしいね。お母さんもうれしいよ」といっしょに喜ぶ。そんなちょっとしたやりとりを通じて、子どもは少しずつ「自分っていいんだな」という気持ちを育てていきます。それは、「もっとやってみよう」「自分はできる」というやる気や自信のもとになり、やがて「自分自身を信じることができる力」「自分が好きと言える力」へつながっていきます。

もちろん、イヤイヤ期の子どもを育てていると、「いいね！」より「ダメ、ダメ」が多くなってしまう日もありますよね。

「どうも最近は、ダメダメばかりかも」と気づいたときは、「1日1回は、『いいね』『ステキだね』『楽しいね』など子どもの気持ちに共感する言葉をかけるようにしよう」と、意識してみるのもいいかもしれませんね。

ればいいの？」と考えがちですが、アドラー心理学では「ほめる」というより、「勇気づける」という考え方をします。

たとえば「～してえらいね」「上手だね」という言い方だと、親が子どもを上から評価するようなかたちになってしまい、それが行き過ぎると、評価されることしかやらない子どもになってしまいます。

自然な気持ちから「すごいね！」とほめることがあつてもいいのですが、あくまでも「上から評価」ではなく、子どもの「できてうれしい！」という気持ちをいっしょに分かち合う、共感するという感覚を大事にしたいですね。

おすすめは、「親子でいっしょにいっぱい遊ぶこと！」



「自分のことが好き！」と言える子に育てるために、何かできることは？」と聞かれたら、私は「ぜひ、お子さんといっしょに楽しく遊んでください」と答えます。子どもはなによりも遊ぶことが大好き！ 自分がおもしろいなと思うことを、大好きなお母さんがいっしょになって「楽しいね」と共有してくれるというのは、それだけで大きな自信につながります。

お母さんにとっても、子どもといっしょに遊ぶことで、「うちの子はいま、こんなことに興味があるんだ」「こんな石ころひとつで、こんなに遊べるんだ」など、いろいろ発見できます。そして、「楽しいね！」という気持ちを共有することで、親子がつながる楽しさを実感できるでしょう。

ママも「自分が好き！」と思えるゆとりを

子どものことをゆったりと見守るには、お母さん自身の気持ちにもゆとりが必要です。もともと人間は群れで子育てをする動物で、子育ては社会みんなで楽しむものです。まじめなお母さんほど、自分のことは後回しでがんばりすぎてしまうもの。だからこそ、地域の子育てサポートなどをどんどん利用して、ぜひママ自身がほっとひと息つける時間を作ってほしいなと思います。

「評価」ではなく「共感」を大切に

自信を持たせるというと、「とにかく子どもをたくさんほめ

取材・文／中島恵理子



坂本 玲子 Reiko Sakamoto

山梨県立大学人間福祉学部教授。医学博士。早稲田大学第一文学部、山梨医科大学医学部医学科卒。山梨医科大学医学部精神神経科、山梨県立女子短期大学を経て、現職。専門は、精神医学、精神療法（認知療法など）、アドラー心理学、睡眠に関する研究、おとなの発達障害。「子どもの心と脳の育て方」「勇気づけの子育て」などをテーマに、子育て関係の講演会や研修会講師としても精力的に活動している。

発行：(学)松徳学園・認定こども園

みころも幼稚園

〒193-0845 東京都八王子市初沢町 1310

<http://www.mikoromo.net>

☎ 042-661-8181

