



あおば 児家センだより



2025年 1月

第13号

児童家庭支援センターあおば
福島市土船字新林24番地 児童養護施設青葉学園内
電話・FAX 024 (597) 8823



令和6年度福島市第2回「親と子どものふくふくトレーニング」を行いました



セッション5の説明



前回の宿題の確認



託児の様子

福島市が主催し、児家センあおばが共催し、標記のトレーニング（ペアレントトレーニング）を10月9日（水）～12月18日（水）に6回講座として、青葉学園を会場として実施しました。

青葉学園を会場として行う今回は、中心市街地から離れているため応募者が定員に達するかが心配でありましたが、予想に反して募集開始直後に定員の2倍以上の応募がありました。開催場所がどこでも「親と子どものふくふくトレーニング」のニーズが高いことがわかりました。

今回もふくトレ講座中は児家センプレイルームに託児所を開設し、1歳児から4歳児までのお子さんを福島市こども家庭課の保育士さんと児家センあおばの職員でお預かりしました。

お子さん達は、別れ際は寂しがりますが、お母さん方が勉強している間、体を動かしたり、おもちゃで遊んだりしていました。

参加者の皆さんは、事前アンケートから、育児に関してそれぞれ悩みをお持ちでまた、自己紹介やロールプレイでのやり取りからも、子育てにご自分の考えをお持ちだと思いました。

各セッション終了後、宿題としてその日の講座で学んだ「ふくトレ」の手法を用いて次回までに各家庭でお子さんに実践してもらいました。

宿題に関しても全員真剣に取り組み、ご自分のお子さんに実践されました。宿題や講座の感想を以下に記します。

○ 今まで使っていた言葉では子ども達にうまく伝わってなかったと気づくことができました。忘れないうちに家でも使いたいです。

て見落としてしまいがちというお話が印象的でした。一人っ子で「謝る」という場面が少なく、悪い結果を今後経験させていけるか不安です。（セッション2「良い結果、悪い結果」より）

○ 「子どもの側に立った理由」というのが難しく、そもそもそのような考え方をしたことがなかったので、目からウロコでした。うちの子には、この視点の声掛けが有効（効きそう）だと思うので、やってみようと思いました。（セッション3「効果的な誉め方」より）

○ 子どもと楽しく練習する事の大切さがよくわかりました！同時に親（自分）の気持ちのコントロールをしっかりやりたいです。（セッション4「予防的教育法」より）

○ 問題行動を正す教育法の練習をさせたら、ノリノリだったので、練習を効果的にやっていきたいです。子どもが「でも」「だって」とへりくつが多くなってきたので、うまくあしらいながら子どもに注意したいと思います。（セッション5「問題行動を正す教育法」より）

「お手伝い」してもらっていますか？

“子どもにお手伝いしてもらおう”と聞くとどんなイメージがありますか？

- ・うちの子にはまだ早い。できっこない。
- ・お手伝いしたがるけど、自分でやった方が早いから…
- ・いつも途中までしかやってくれない…
- ・お願いしても全然やってくれない！



こんな風に思うことはありませんか？

お手伝いは向社会的行動といえます。向社会的行動とは、「何らかの外的な報酬を期待することなく、自由な意思によって他者や他の集団に恩恵を与えるような他者の利益を意図した行動」のことです。小さい頃から毎日の生活の中でさりげないお手伝いができていると労働と社会奉仕の精神が育ち、家庭の中ではお母さんお父さんを助ける協力者となってくれるでしょう。さりげないお手伝いとは、お茶碗やお箸を並べることや洗濯後の靴下を引き出しにしまうといったことです。

お箸を並べると一言でいっても、①しまっていてあるところから取り出す②食卓までもっていく③箸を一組にする④持つ方を右に向けて置く、と工程がいくつかあります。

「お箸を並べて」と言われた時、大人であれば全ての工程がイメージできますが、小さなお子さんにはまだ難しいかもしれません。お箸がどこにあるか、どのお箸が誰のか、お箸をどこにどう置くのかなどが分からなくては手伝いたくても手伝えません。

私たち大人は結果だけをみて「できた」「できない」と判断しがちです。しかし、そこに含まれる工程は細かく分かれており、つまずいているのは実は1つの工程だけかもしれません。どこにつまずいているのかが分かれば、お子さんをサポートすることができます。

例えば

- ・お箸をしまっておく場所を決めて引き出しに目印をつけておく
- ・誰のお箸が分からないのであれば、あらかじめ使う人ごとに食器を分けて目印をつける
- ・1人分ずつ渡して持っていく

などの方法が考えられます。

また、初めてするようなお手伝いは口で言うだけではなく、ぜひ実際に大人がやって見せ、次と一緒にやってみてほしいと思います。案外、当然知っているとっていたことを知らなかったり、大人がイメージしている（やってほしい）お手伝いの内容と違っていたりするかもしれません。そして、サポートを必要としたとしても、お手伝いをしたら「ありがとう」と感謝を伝え、お子さんが少しでも達成感を日々味わえるとよいですね。

お手伝いは幼児期に教え始めて、小学校中学年までに「自発的にできる」まで教え続けることが大切です。お手伝いが自発的にできるということは、段取りがわかって行動できるということです。これは学習面でも社会に出てからも必要になる力です。まずは、お母さんお父さんが負担に感じない程度のさりげないお手伝いから始めてみてはいかがでしょうか。



(心理・相談支援担当)

【参考】

「子どもの脳を発達させるペアレンティング・トレーニング」成田奈緒子・上岡勇二著（合同出版）
「マンガでわかる魔法のほめ方ペアレントトレーニング」横山浩之著（小学館）
「非営利用語辞典」全国公益法人協会運営