



## 〈夏休みは子どもの人間関係力を養うチャンスです♡〉

長い暑い夏休みがやって来ます。子どもにとっては待ち遠しい夏休み。親にとっては子どもの自由な時間が多い分、気配りやお世話も増えて大変です。夏休みは一緒に何かをする機会も多くなり日常会話だけではなく叱ることも多くなります。そこで親子ワークをご紹介します。親子ワークの目的は2つです。①夏休みの親子のよい時間をつくること②子どもに人間関係の基本を植付けることです。これを繰り返し親子でやっていくうちに子どもはできなくても叱られないという安心感と自主性を、そして将来の人間関係の基本を取り入れていきます。

- ① 人からの親切は喜んでうけ入れることができましたか
- ② 「勝ってもいばらない、負けてもおこらない」を実践できましたか
- ③ うそはつかないでいましたか
- ④ 約束を守ることはできましたか
- ⑤ 「だって」と言わないで人の話や注意を聞けましたか
- ⑥ 「ありがとう」という言葉を使えましたか。
- ⑦ 順番を守ることができましたか
- ⑧ 何でもかんでも欲しがらずに過ごせましたか
- ⑨ お行儀よく食べることができましたか
- ⑩ テレビやゲームの時間をまもることができましたか
- ⑪ 「麦茶」ではなく「麦茶ください」と最後までいうことができましたか
- ⑫ 人の話は目をみて最後まで聞くことができましたか
- ⑬ 人にいやな言葉を使わないでいましたか「ばか」「くそ」「むかつく」「しね」「うざい」
- ⑭ 「こめんなさい」を使うことができましたか など



「こどものルールブック『よくできました』 齋藤孝著より

以下は「こどものルールブック『よくできました』 齋藤孝著から人間関係の部分を抜粋し修正したものです。一日の終わりやはじめに親子で振り返る材料になります。

親子ワークの仕方は

- ①親子でルールを一緒に選びます。左記以外でも大丈夫です。コツは普段だいたいやれている項目も入れます。
- ②一日の終わりあるいは一日のはじめに子どもと向き合う時間を作ります。
- ③こどもは『できた』『難しかった。』の2種類で答えます。一覧表に記録していきましょう。
- ④できた場合は、笑顔で『よくできました』と伝えます。できなかった場合は『明日はできるよ』『できるようになるから頑張ろう』と伝えます。『嘘ばかり』『ほんとー?』などの評価はやめます。うそでも子どもの自己評価を大事にして『頑張ったね』と受け入れま

しょう。そうすることで今はできなくても人間関係のルールが植付けられます。将来、その子を助ける基になります。ただし、自他の命や危険を回避しなければいけないときはしっかり叱りましょう。

今を無理矢理変えるのではなく将来に布石を打つ教育は親のストレスを軽減します。長い夏休みが子どもにとっても楽しいものとなりますように。

(文：時川ちづる)

スクールカウンセラー来校予定日 7月12日(月) ←相談予約まだ、入れることができます。