



## 子育て技術

## はっきり穏やかな指示

(子育て手帳 P.35 を参考にしましょう)

- 子どもに近づく(子どもの腕の長さ)
- 子どもの目線に合わせる(子どもの前にかがむ)
- 注意をひく(子どもの名前を呼ぶ)
- やめてほしいことを伝え、代わりに何をしてほしいかを言う

(例) 食事中は席を立ちません。椅子に座ります。



## 【子どもに伝わりづらい指示】

- 多すぎる……「8時出発よ、歯みがきして、トイレに行って、玄関で靴をはいて待ってね」
- 少なすぎる……「出発前に、出かける準備して待ってね」
- 難しすぎる……「自分だけでなく、きょうだいの朝の準備もしてね」
- タイミングが悪い…… 絵を描いている途中、テレビを見ている途中に「お風呂に入ってね」
- 分かりにくい……「出かけるから、ふざけないで、キチンとしてね」
- 混乱させる…… 着替えずに、踊って歌う子どもに対して笑いながら「着替えてね」



## ●伝わる指示の「メリット」

### メリット

親の話に耳を傾けるようになる



子どもにとって遠くからの指示は「聞こえづらい」「聞こえていない」場合があります。遠くとは「同じ部屋の端」「隣の部屋」「2階にいる子どもへ1階から声掛けする」などです。そのような声掛けでは、子どもに伝わっていないという理由で子どもが言うことを聞かないことがあります。子どもの腕の長さの距離で子どもの目線に合わせて名前を呼ぶことで、子どもの注目が親へ向きやすくなります。子どもが親の話の聞こえを準備ができます。

### メリット

行動の切り替えがスムーズになる

行動の切り替えが苦手な子どもの場合は、指示を出すタイミングも大事(子どもが作業をしていることがひと段落した時や終わった時)です。タイミングを見計らい、親へ注目が向いた状態で端的に指示を出すことで、子ども自身が行動の切り替えがしやすくなります。例えば「〇〇君、食事の時間なので食卓に来てね」。子どもは自分のやるべき行動を把握しやすくなります。

### メリット

親も子どもも落ち着いてくる

子どもに指示が伝わる状況が増えると親の言うことを受け入れやすくなります。そうすることで親は子どもの好ましい行動を認める機会が増えるでしょう。子どもが親の言うことへ耳を傾け行動してくれるので親のストレスも軽減が期待できます。また「怒ったり」「怒られたり」する状況が減るのでお互いが落ち着き良好な関係性になるでしょう。



※「子育て手帳」は、市が開催する「おはなし会」に参加いただいた時にも配布しています。



市の「前向き子育て応援事業」の情報はコチラ

■お問い合わせ 子ども未来課 子育て支援係 ☎ 28-7568

(前向き子育て 担当 石橋)

科学研究費助成事業(責任者 福岡県立大学 江上千代美)

無断複写・複製を禁ず