



● 基本的な生活習慣とは

子どもが「食事」「衣類の着脱」「清潔」「排泄」「睡眠」「社会性」など成長に伴い身につける必要がある行動です。例えば、「衣類の着脱」を考えてみます「服を着る」「服を脱ぐ」「服のファスナーをあげる」「服のボタンをはめる」「脱いだ服をたたむ」などがあります。また何を子どもに身につけさせたいと思うかは家庭によって様々になります。

● 基本的な生活習慣はどうやって身につけてきたのか

子どもは、様々な基本的な生活習慣を習得してきています。おそらく、親から教えてもらったり周りの人の真似をしたりして覚えていったのではないのでしょうか。スムーズに教えることができたもの、なかなか言うことを聞いてくれない苦労もあったのではないのでしょうか？

● スムーズに基本的な生活習慣を習得できないのはなぜ？

- ・子どもが習得するまで発達していない。
- ・子どもが習得するための環境が整っていない。
- ・周りの大人の関わりが影響している。



前向き子育てプログラム

Positive parenting program

前向き子育てプログラムは、「前向き子育て」の5つのステップからできています。「前向き子育て」の5つのステップを家庭の中で上手に機能できるようにするための子育ての方法があり、子育ての方法には子どもの好ましい行動を促す具体的な声掛けや関わり方があります。さらに子どもの困った行動に対しても上手に教える方法があります。このような子育て方法で育てられる子どもは自尊心を育むことができます。結果として、親は子育てに対する自信がもてます。



大切なことは子どもの行動への「前向きな注目と励まし」！！



その1

日々の生活の中で、親が子どもの行動をどう捉えて注目するかは重要です。

前向き子育ては、子どもの一人ひとりの力に合わせて、子どものできているところに注目し上手に関わることを学びます。子どもが新しいことに挑戦する時や苦手なことに取り組む時に親からの前向きな励ましを受けると、子どものやる気に繋がります。親が、できていないところの多くに注目すると子どもはやる気を失い困った行動を起こす傾向があります。子どもの良いところ、できているところに注目しましょう。

(家庭の習慣ができています) (元気がいい) (家の外で挨拶ができています)

例) たろう君は家では大きな声で「おはよう」が言えます。しかし先生に挨拶する時には小さな声で「おはようございます」と言います。 (朝のあいさつができる) (やることは理解し頑張っている)

(先生に丁寧に挨拶ができています)



その2

できない時に注意して教えるのではなく、できている時にたくさん認めて良い行動を教えます。

親が子どもの行動に対して前向きな励ましを伝えることで、子どもはその行動が良い行動だと理解でき良い行動が増えます。そのような状況で、親が子どもの困った行動に前向き子育てを使い対応すると子どもは親の注意を素直に受け入れやすくなります。親は子どもの力を伸ばし、間違った行動に対して上手に教えることができるでしょう。

例) たろう君は、ブロックを半分くらいまでは頑張って片付けますが、途中でやめようとしています。

・片づけをやめようとした時に励ますのではなく、片づけを始める時や片づけをしている途中など、やる気を高めるように声掛けをしましょう。また子どもが一人で片付けることが難しすぎる量と思う時は事前にブロックの量を減らしたり「たろう君、ブロックを片付けます。一緒に片付けよう。」などの手助けをして**子どもが成功**

体験できることがポイントです。子どもが次の片付けの機会に **自分でやりたいと思える気持ち**

が大切です。子どもができるようになってくれば、徐々に声掛けや手伝いは減らしましょう。



毎月20日締め切り

■お問い合わせ

子ども未来課子育て支援係：☎ 28-7568

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

アンケート、ご意見、ご質問はこちらからどうぞ

