

新入園児母親教室をひらきました

令和2年6月19日開催

年少グループ対象に新入園児母親教室を行いましたので、遅くなりましたがご紹介します。

今回は7人のお母さんが参加してくれました

<教室の流れ>

- 1 自己紹介、今の心配ごと
- 2 講演「ちょっぴり肩の力が抜ける7個のヒント」
- 3 グループトーク

<講師紹介>

カウンセリングオフィス心葉 稲吉 静先生(臨床発達心理士)

掛川の療育施設に6年間勤務。その後、静岡に来て、NPO法人なのはなで子育て支援センター、乳幼児健診後の心理相談、うみのごセンターの療育相談担当。自身も3人の子育て奮闘中。

参加者自己紹介&今の心配ごと ではこんな心配ごとができました

自粛期間にトイレトレーニングをやろうと思ったがトイレが嫌になり兆しが見えない。(3.5歳男子)

園では切り替えが出来ず、癇癪を起こすことがある。家では食事時間でもやりたいことがあるとなかなか座らない。(3.8歳男子)



話せないで園の様子がわからない。今日は他のお母さんから園の様子を聞きたい。今までなかったが、家で癇癪を起す。親の心の持ちようを知りたい。(3.4歳男児)

全体的にゆっくりな子。同年代のクラスに入ってやっていっているのか、話せないで様子がわからず心配。(4.2歳男児)

イヤイヤ期で何でも暴れて抵抗する。妹との関係にも悩んでいる。(3.10歳女児)

講演「ちょっぴり肩の力が抜ける7個のヒント」



①「発達」は「ねがい」からはじまる

発達のイメージは右肩上がりではなく階段状。一段上がるとぐっと伸びる。子ども自身がこうなりたい!!というねがいをもち、そのねがいに届こうと、かべを乗り越えようとする。自分の力で乗り越えると自分の力になる。大人は「ねがい」見えやすくしてあげるサポートを。例えば、子ども自身がトイレすることをカッコいいと思える工夫など。



②「発達」して「できなくなる」こともある

発達して、意味が分かる、周りが見えてくる(次のかべが見えてくる)と不安になってやらなくなったりする。でも、できなく見えるだけ。



③ 停滞期は次の発達のチャンス。

繰り返しの中で自信を貯める。ぐずぐずしているけど、自分は認めてもらえる存在か確かめる。自分のやり方でやりきる、自分を出しきると次に動きだす。自信をつけるためには、自分でできた、と思えることが大事。手伝っても最後は子どもが自分でやると、自分でできた感がUP。

* 緊張・萎縮・不安を抱えていると、自信が貯まりにくいので、やりきる、出しきるまでに時間がかかる。なので、安心できる場で自分を出しきることが大事。家で癩癩が多い→母は、出させてあげれた、OK! と思って良い。



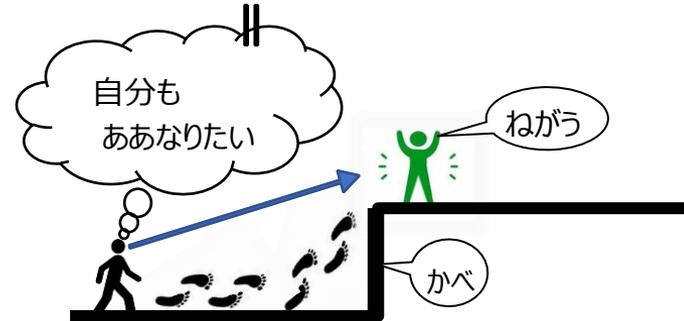
④ 発達にはみちすじがある:大切なのは「速さ」じゃない

心の発達には決まったみちすじがある。みちすじはみんな同じだけどペースはみんな違う。その段階をやりきることが大事。育児書にはペースを重視しているものもあるが、順序が大事。なので、今どの辺りを通っているのか、歩み方の特徴などを園の先生、うみのこセンターの職員の話などをヒントに知っておくとよい。

★「発達」とは

自分の力で「かべ」をのりこえて

「ねがい」にとどこうとする姿





⑤ すべての行動、言葉に意味がある

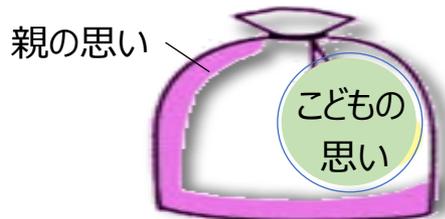
子どもは気持ちを表す時に不器用な伝え方(泣く、叩くなど)になることがあるが、その言動には必ず意味(理由)がある。なぜ、そのような言動をとったのか考えてみて欲しい。ただし、考えても理由がわからない時は、「今は辛いんだね」と受け止めてあげる。余り、意味づけしすぎない。

⑥ 「こどものねがい」と「おとなのねがい」

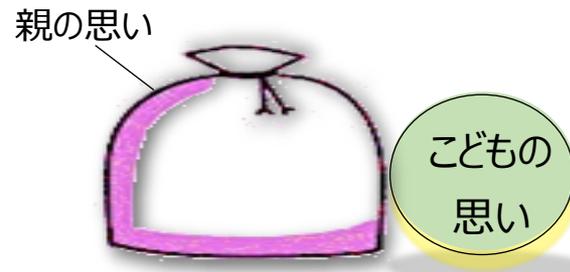


新生児期、親は子どもの思いを想像して(お腹が空いたんだろう、嬉しいんだろう、等)子どもを守る。親の想像する子どもの思い(=親の思い)に包まれながら、子ども独自の思い(自我)も育っている。子どもの思いが芽生えてからは、親と子の思いは独立し、「ちがい」が大前提になる。こどもの思い子どもと大人(親)は違う存在だから、それぞれのねがいがズレやすい。無理に合わせようとするより、今の気持ちがわかることが大事。

親の想像するこどもの思い (=親の思い)
に包まれながら、その中で
こどもの独自の思いも育つ



★こどもの思い (自我) がめばえてからは



それぞれの思いは独立
→「ちがい」が大前提になる



⑦ こどもと親は「ちがう」存在

ちがう存在なので、そんなに気負わなくてもいい。登園時に泣くと、泣かないようにしたいと思ってしまうが、子の立場からみると発達のチャンス。親だけで何とかしようとせず、周囲に助けを借りていけばいい。子どものために使うエネルギーは大きい！心配して、先に安全な道を創ることに使うよりも、「案じて、信じて、待つ」ための鍛錬に使う。それは、将来のお互いの自立・自律につながる。

さいごに・・・

大人も、子どもも頑張っている。気持ちを分かってもらえたり、ペースを尊重してもらえると安心して、自然に次の段階に向かう。お互いのペースを大事に折り合いをつけていけるといい。

* 大人は、話せる周りの人にいっぱい話をして、認めて助けてもらいましょう。

<グループトーク>

2つのグループに分かれてお母さんたち同士で思いを共有し合いました。お母さん達のお話を一部紹介させていただきます。

Aグループ

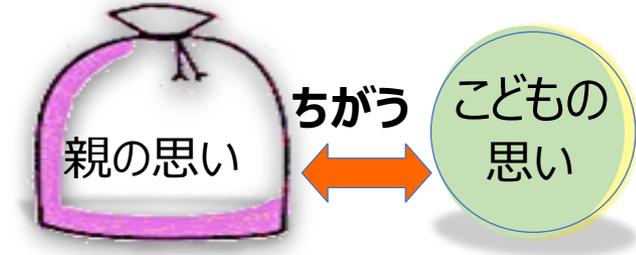
◎トイレトレーニングについて

・園では行く時もあるが、家では全てイヤ。

・トイレに連れていっても成功はしないが、トイレには興味がある。親がおしっこするところのトイレ＝自分がする所にはまだなっていない。

・「親の思い＝こどもの思い」のように感じる

・でも、もともとは 「ちがう」存在



©2020 Counselina Office Cocoha

・補助便所では足がプラプラして上手くいかないのではと思っている。おまるの方がいいのか？

先生：色々な子がいるが、足を踏ん張るために段ボールを台にして置いたこともある。

◎イヤイヤ期について

・ちょっとずつこちらの言う事を理解しているが、嫌な時は泣いてなすすべもない。あれもこれも嫌で正解がわからない。

・入園後に落ち着いたが、たまにスーパーでゲームをやりたくて、一回と言っても終われず大泣きになる。

・私が言ったことに全てイヤで返す。下の子も一緒に始まるとイライラしてしまう。

先生：2～3歳の自我の時期にはよくあること。大人のようにやりたい。自分でこうしたい。僕は何でもできると思っている。一方で見比べる力がついてきたゆえに、できるけど出来ないかもしれないと言う不安もある。ややこしさの塊のような時期。園では出来て家ではやらないと言うのは、ママは自分の存在を認めてくれてどんなことをしても許してくれるか確認している時期。ワーとなった時に色々やっても自分の存在を許される。絶対的な安心感を子どもが感じる。きれいに収めようとしなくても良い。イヤイヤは全部出し切ると落ち着く。出し切れていないとどこかで又出てくる。ややこしさに関しては小さい時に出た方が可愛い。大きくなったから出ると大変。母が怒りたくなる気持ちも分かる。(立場的に怒ってもいいとは言えないが…)怒っても後でフォローすればいい。

Bグループ

◎園の様子がわからず不安

・朝、「幼稚園行きたくない、嫌い」「楽しいおもちゃがない」と言う。帰りは元気に帰ってくる。通園バスを利用しているので園の先生と話す機会がない。保護者役員になれば園に入る機会があると思えば役員になった。

・まだ話すことができないので園で何をしてきたのか、どう過ごしているのかわからず不安。子どもは元気に登園しているが、母の見えない世界に児がいるという環境の変化についていけない。

- ・入園当初は、登園時に泣いていた。今は泣かなくなったが、園へ送った後も母の姿が見えなくなるまで見ている。先生たちも忙しそうなので、話しかけて良いのか迷う。
 - ・乳児から入園している。痙攣を起すことがあるとのことで、年少から加配の先生をつけてもらった。担任の先生と給食を食べたくて、食べられないと痙攣を起すことがあると聞いている。
- うみのこ職員：入園して、子どもの様子が見えない時間の方が長くなり不安に思うのは当然。心配な点があれば、先生に率直に聞いてみても良いと思う。ただ、朝は登園を嫌がっても、元気に帰ってくるようであれば大丈夫。

◎食事について

- ・自分のやりたいことがあると呼んでも来てくれない。本人の中できりがつくとすっきりするようで、座って食べ始める。子どものペースを待てる時と待てない時があり、イライラしてしまうこともある。
 - ・食に興味がなく、最初の1～2口位は自分で食べるがあとは食べない。好きなメニューの時はもう少し自分で食べる。食べさせれば食べるが、機械的でそれで良いのかと思ってしまう。園でもおやつ時間にそんな場面を見て、少しは周りに合わせることもして欲しいと思ってしまった。
 - ・自粛期間に生活リズムが崩れ、朝起きられないので朝食も食べずに行くが、好き嫌いも多いので給食もどの位食べているのか。水筒も減ってなく、水分も取っていないのかと不安になる。
 - ・偏食があり、給食で食べられるものがないと先に寝てしまうことがあるとのこと。牛乳も家で使っているのと同じコップにしたが、園では飲まない。
- うみのこ職員：食事は子どもが安心できる環境でないと食べられないことも多い。食べたことのあるメニューでも、家庭とは見た目、味付け、盛り方が違うことで子どもにとっては初めての食べ物になる。それを慣れない人達と食べることはハードルが高い。自分で食べられた時、着席した時は褒めてあげて欲しい。