



今年度の終わりが近づき、もうすぐ新しい年度が始まります。新しい環境に変わるタイミングで、「困ったりしないかな？楽しく通えるかな？」と不安になることもあると思います。でも大丈夫！ゆったり構えて、前向きに考えていきましょう！

今回は、「子どもを支援する大人として役に立つ考え方」についてご紹介します。

公園や保育園、学校などで我が子と同じ年頃の子どもの会う機会があると思います。また、SNSを通して多くの情報が手に入る時代になってきた中で、「何度も呼びかけてるのに反応が無い・・・」「集中力がなくて、じっとしてくれない・・・」と苦手なところが気になる場合があるかもしれません。そんな時に無理やり苦手を克服させようとしていませんか？

例えば・・・

| 不安と心配                     |   | 苦手を克服させようとする支援         |
|---------------------------|---|------------------------|
| 目の前のものに集中しすぎて<br>ことばが入らない | ➡ | 大きな声で何度も声かけをする         |
| 集中力がなく<br>気が散ってしまう        | ➡ | 一つのことを一生懸命<br>やらせようとする |

そんな時は捉え方を変え（リフレーミング）、苦手を得意に変えてしまいましょう。そして得意を活かす支援をやってみましょう。

| 不安と心配                        | リフレーミング        | 得意を活かす支援                 |
|------------------------------|----------------|--------------------------|
| 目の前のものに集中しすぎて<br>ことばの指示が入らない | ➡ 目で見て理解するのが得意 | ➡ 絵カードなど視覚情報を活用してやり取りをする |
| 集中力がなく<br>気が散りやすい            | ➡ 色んなことに興味を持てる | ➡ 様々な活動を用意して<br>経験の幅を広げる |

大抵の場合、苦手なことと得意なことは表裏一体になっています。苦手なことも捉え方を変える（リフレーミング）と得意なことになります。そうすると子どもの苦手を克服するのではなく、得意なことを活かしたり、伸ばしたりすることを目指す支援に変わります。

苦手なことを克服するには大きなエネルギーを要求されます。なかなか成長が見られずに子どもも大人も疲れてしまいます。得意なことを活かして色々なことに挑戦していくと、より少ないエネルギーでより大きな成果（成功体験）が得やすいです。成功体験が増えると、子どもも大人もポジティブに過ごすことができるようになります。まずは、取り組みやすい課題を一つ取り上げて、リフレーミングをしてみましょう。

子どもの行動の捉え方によって、大人の意識も変わります。キーワードは「期待」です。大人が子どもに期待することで、大人の関わり方は無意識のうちに変化します。特に声のトーンや表情など、無意識レベルの小さな変化が現れます。この小さな変化が徐々に子どもにも伝わり、「自分が期待されている」と意識され、子ども自身の意欲が高まります。そうすると「やってみよう」「がんばりたい」といった子ども自身の心が育まれていきます。



期待するだけで子どもが伸びるなんて魔法のような話と思われるかもしれませんが、「教師期待効果」や「ピグマリオン効果」などと呼ばれ、実験で証明されている現象です。具体的に子どもをどう支援するかといったことも大事ですが、どんな意識や気持ちで子どもに関わるかというのもとても大事です。大人がありがたみのままの子どもの姿を大切にしつつ子どもの成長に期待を寄せることが肝心です。そのために、大人も子どもも心に余裕を持って向き合うことが望まれます。



不安や心配なことは周囲の人や相談機関に気軽に相談し、一人で抱え込まないようにしましょう。

機関紙『ひよこのみずあび』は  
足立区（公式）ホームページ（<http://www.city.adachi.tokyo.jp/>）  
幼児発達支援室ひよこ（障がい福祉センターあしすと通所事業）  
にアクセスすると掲載されています。

知ると分かる。すると変わる。



SDGs MODEL ADACHI