

こどものはったつ相談室



子どもの健やかな発達や適切な教育方法の理解を深めるため、令和元年度、焼津市内に開設された大井川中学校通級指導教室「はんの木」^{きたざわひろえ}北澤広恵先生によるコラムを掲載しています。



問合せ先 こども相談センター

TEL 6 2 6 - 1 1 6 5 FAX 6 2 6 - 2 1 8 7

第3回テーマ「思春期の子どもへの関わり方～子どもに振り返らせよう～」

このコラムも最終回となりました。1回目は「子どもを知ろう」、2回目は「子どもに考えさせよう」でした。子どもに考えさせたり、振り返らせたりする目的は、「自分の言動に責任を持たせるため」と『自分はどうなんだ?』と自己理解を促すためです。

■振り返りとは

ここでいう「振り返り」とは、「自己評価をする」ことです。子ども自身が「〇〇は良かった」とか「〇〇はもう少し～したかった」など、自分の言動を振り返る場を作ることが大切です。

自己評価の方法はさまざまです。例えば、5～1の5段階や、A・B・C、◎・○・△の3段階です。できれば、その評価にした理由を子どもに聞いてください。本人の思いが分かれます。たくさん言わせる必要はありません。あまりしつこく聞くと、「振り返る＝面倒くさい」に思考を変換してしまうのでやめたいですね。繰り返しやっていけば、だんだん言えるようになってきます。

■言葉を添えよう

大切なことは、大人がそれに一言添えてあげることです。多くを添える必要はありません。次のことを心掛けましょう。

(1)子どもの発した言葉を繰り返し、共感する。
「〇〇したんだね。」「〇〇って思ったんだね。」

(2)子どもの言動を実際に見ていた場合

①良かった点を認める。

「〇〇が良かったね。」

②良くなかった言動は、本人を否定せず、別の言い方ややり方を教える。

「～の言い方よりも〇〇の方がより相手に伝わるかもね。」

「～したことは良かったね。次は〇〇すると、もっといいかもね。」

大人が一言添えてあげることは、子どもの言動を価値付けていくために大切です。大人が「自分だったら、どう言ってもらったら素直に受け止められるか」と考えてみるとよく分かります。

■心の安定をめざして

思春期の子どもだけでなく、幼少期から子どもをよく見て、子どもの言葉に耳を傾け、一人の人間として尊重した態度で接することが大切です。決して子どもの言いなりになるわけではありません。子どもは（大人もですが）「私は尊重されている、大切にされている」と感じると、自己肯定感や自己有用感が育ち、心の安定につながります。そして、それが思春期以降にとっても必要となる「自己理解」が進み、「自分自身を振り返る力＝内省力」「折り合いをつける力＝自己調整力」が身につけてきます。では、お子さんとの日々の生活を楽しんでください。『できることから やってみよう!』