



日暮れが早くなり、すっかり冬といった日が続いていますね。今月も「子どもの心のコーチング」から。

## 続 「ヘルプ」と「サポート」

子ども達に適切な「サポート」をするために、まず子どもが日々の生活をどう感じているかを知りましょう。

次の項目に〈はい〉〈いいえ〉〈わからない〉で答えてみてください。はっきりしないときは〈わからない〉を選びましょう。

① よく笑う	
② 毎日が楽しそう	
③ 目が輝いている	
④ 友だちとよく遊ぶ	
⑤ 親によく甘える	
⑥ いろいろな物事に興味を示す	
⑦ 子どもなりの自己主張をする	
⑧ 話すときには視線を合わせる	
⑨ 親の過剰な干渉や介入をいやがる	
⑩ 機嫌の回復が早い	

出典 菅原 裕子 著  
「子どもの心のコーチング」

7才以上の子どもには

⑪ 朝自分で起きられる	
⑫ 学校などでの出来事をいろいろ話してくれる	
⑬ 悩みがあるときは打ち明けてくれる	
⑭ 親の意見を求めてくる	
⑮ 我慢できるが、しすぎるということはない	

いかがでしたか？

〈わからない〉が多かった方は、まず子どもを知ることから始めましょう。観察するのです。子どもがどういう状態かに気付かない限り、何も始まりません。

〈はい〉が多かった方は、自分の行動を確認しましょう。うまくいっていることを強化し、変えるべきところを変える力があります。

〈いいえ〉が多かった方、心配はいりません。自分を責める必要もありません。すべてはこれからです。具体的に何を変える必要があるか、見つけてください。

「子どもの心のコーチング P 46～48 より」

## 子どものタイプを理解してその子に合った対応を

子どもはみな違います。私たち大人がそうであるように、子ども達も一人一人個性的です。お子さんを観察してみてください。そして彼らをよく知しましょう。発見がきっとありますよ。



もうすぐ冬休み、子ども達のご家庭で過ごす時間が多くなります。一人一人の個性を発見すべく一緒に過ごす時間を設けていただければと思います。子供たちに手伝ってもらい、忙しい年末を乗り切れば一石二鳥・・・になるでしょうか。

きりとり

〈メッセージ〉

「ふれあい」No 13