



カウンセリングだより

保育観察エッセイ⁽³⁴⁾

はったつがみえるよ!

～ふんかのこどもたち～

キンダー・カウンセラー

園村 和代

♪ 幸いにも、私はキンダー・カウンセラーとして、子ども達の中に入って一緒に遊ぶことができます。

毎月1回の訪問で、触れ合う時間は限られていますが、頻度が少ない分、子ども達の成長を感じられることが多く、毎回生き生きとたくましく変わっていく姿がとっても楽しみです♪

園内リフォーム工事のため、乳児子育て支援室「ぶんかベビーカフェ」は、3学期はお休みとなります。来年度4月から再開予定ですので、開催日程が決まりましたら、コドモンおよびWEBサイトでお知らせいたします。

乳児の子育て中のお母さん、お父さんへのキンダー・カウンセリング(子育て相談)は下記日程で引き続き行っておりますので、いつでも園までご連絡ください(^^) /

1月13日(火) / 2月3日(火) / 3月3日(火) いずれも9:45~16:30

ひんやりとした空気に季節を感じながら、新しい年がはじまりました。冬休みを終えて久しぶりに登園した子どもたちは、元気いっぱいに見える一方で、心の中では小さな揺れを感じていることもあります。

この時期、保護者の方から「朝、起きてもなかなか準備ができなくて…」「前より甘えが強くなった気がします」といったご相談を受けることがあります。冬休み明けに見られやすい子どもの姿として → ① 朝、登園をしる / ② ささいなことで泣いたり怒ったりする / ③ 以前出来ていたこと(着替え、トイレなど)を自分でやりたくないと思える / ④ 甘えが強くなる(抱っこ、後追い、不安そうな表情)がみられることがあります。

これらの姿は、環境の変化に心が一生懸命についていこうとしているサインです。決して後戻りではなく、次の一歩へ進むための大切な過程です。長いお休みで家庭中心の生活に戻っていた子どもたちは、園生活のリズムに身体と心を合わせるのに、少し時間が必要になります。「えっと、どうだったかな」と少しずつ思いだしながら身体と心を調整していきます。寒さや疲れが出やすい冬は、子どもの甘えが強くなりやすい時期でもあります。以前より抱っこを求めたり、そばに来たがったり「できない」「やって」と頻繁に言うことがあるかもしれません。

そんな時は「もう年少(年中・年長)なのに…」と思われるかもしれませんが、甘えは心のエネルギー補給です。甘えることで「大丈夫」「まだ、がんばれそう」と気持ちを整えているのではないのでしょうか。短い時間でも「そうか、そうだったんだね」としっかりと受け止めて話を聴くことで、子どもは居場所を感じて安心感を持つことができます。

子どもは「不安・緊張・寂しさ」などの気持ちを、まだうまく言葉で表現することができません。「泣いたり、怒ったり、甘えたり」行動で表すのは気持ちを伝えようとしているサインです。「久しぶりでドキドキしたんだね」「ちょっと不安で緊張したのかな」「心細くてさみしかったのかな」と声をかけてあげると、自分の本音がわかり、心がずっと落ち着くかもしれませんね。冬休み明け、すぐには元の生活に戻らなくても大丈夫です。

朝はカーテンを開け朝日を入れたり、夜は「そろそろ寝る時間だね」と声をかける、うまくいかない日は「今日はここまでOK」と少しずつ戻っていければ、大丈夫ですので、焦らずに見守ってあげていただけたらと思います。

今回の相談日は1月13日(火)を予定しております。1回の面談は60分を用意しております。大きな悩みでなくても、ちょっとしたことでも話せる子育て相談とっていただいて、気軽にお越しくださいね。お待ちしております。

キンダー・カウンセラーとして、毎月1回、蛭池文化幼稚園を訪問しております臨床心理士の園村和代と申します。普段は大学の相談機関で就学前のお子さんと保護者の方の子育て支援をしながら、兵庫県や大阪府の幼稚園でキンダー・カウンセラーをしています。保護者のみなさまが、お子さんとどう関わったらいいのかな? など子育ての悩みや、お友だち同士の関わりや園生活の心配などの相談にのらせていただいております。費用は園負担ですので無料です。また、園児の保護者以外の方も歓迎です。来園が難しい方には、出向いて相談を受けることも可能です。どんな些細なことでも「ちょっと聞いてみたいな〜」「こんなときどうしたらいいかしら」というときに、お気軽にお越しください。