

子ども発達支援センター ご案内



名張市子ども発達支援センター

(名張市子どもセンター内3階)

月～金 (祝日、年末年始除く) 8:30～17:15

住所：名張市百合が丘西5番町25番地

電話：0595-62-1088

FAX：0595-62-1089

お子様の 健やかな成長と発達のために

～5歳児健診を受けられた保護者様へ～



監修／関西医科大学小児科学講座 准教授 石崎優子



4～5歳児ってどんな時期？

- 身のまわりのことが一人でできるようになる
- 自分の気持ちがはっきりしてくる
⇒大人と同じ情動(気持ち)を持つようになる
- 失敗を恐れたり、不安の気持ちを覚える
- なんでも自分でやりたがる

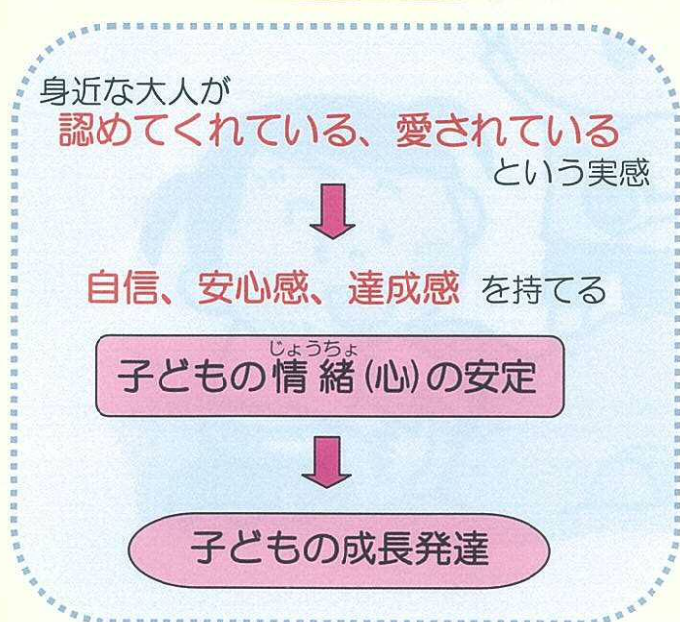


この時期は、幼稚園・保育園という大きな集団を経験する子どもが多い年齢です。子どもはその集団で頑張って自分の居場所を作ろうと努力したり、友達とのかかわりの中で自分がしたいことを通そうとし、できないことによる葛藤を経験します。いろいろな葛藤を経験し、悔しかったり、情けなかったりすることを乗り越え、努力して出来るようになる体験をして、少しずつ成長してきます。

がんばるとできるという体験がこの時期とても大切になります。



子どもをやる気にさせるには？



私たち大人も、自分を認めてくれる人がいると実感することで、自信を持つことができ、また頑張ろうという気持ちになりますか？
少しずつ自立し始め、さまざまなことにチャレンジしていく子どもにとって、**親が「認めてあげる」**ことはとても大切です。



どんなとき認められてると感じるのか？

お子さんと一緒のとき、どんなに短い時間でもお子さんもお父さん・お母さんも「楽しいな」と感じられるような過ごし方を工夫してみましょう。

上のお子さん・下のお子さんがあるご家庭でもそれぞれのお子さんのためだけの時間をほんの少しでもいいのでつくってあげましょう。

そうすることでお子さんはお父さん・お母さんに「**認めてもらえている**」「**注目してもらっている**」という自信に支えられ、毎日楽しく過ごすことができます。

また、**子ども自身を認める**ことは“**ほめる**”という方法で行うこともできます。



ほめるきっかけがないのですが・・・ 具体的にどうやってほめたらいいの？

① ほめてあげられる行動を一緒につくりましょう

ほめる行動がなかなか見つからないのであれば、ほめる行動をお子さんと一緒につくっていきましょう。

② タイミングを逃さずほめる

その行為をした後すぐにほめ言葉をかけられるとうれしいものです。なるべくその場でほめることが大切です。

③ 心をこめて直接ほめる

子どもをほめる時はお母さん自身の嬉しい気持ちが伝わるのが大切です。子どもと視線を合わせて近づいたり抱きしめたりすることで、良い行いをしたことがより子どもに伝わりやすくなります。

④ 当たり前のことでも続けていることをほめる

子どもたちが毎日あいさつをしていることを当たり前だと思ってしまうと、大人はほめることが少なくなります。当たり前のことであっても続けていることに対しては、ほめてあげることが必要です。

例えば・・・

「おやつにするから、お母さんと一緒にお片づけしよう！」



たとえほとんどお母さんが片づけたとしても・・・

「上手に片づけられたね。えらかったね。」



お子さんが片づけた(片づけようとした)行動をほめてあげましょう。

一言で“ほめる”と言っても「すごいね」「えらいね」という言葉がけだけではありません。**頭をなでてあげる、抱きしめる**ということも“ほめる”ということです。

