

# ふたりのコラム

May 29, 2020

認定こども園あかみ幼稚園 園長 中田幸子  
認定こども園メイブルキッズ 施設長 新井利枝

《3・4・5 歳児》

さわやかな風に吹かれ、園庭の木々も気持ちよさそうに揺れています。晴れた日は、かなり汗ばむくらいの陽気ですね。

庭先や窓際で、太陽の光と新鮮な空気を浴びての外気浴は、心と体の健康のために必要です。

緊急事態宣言が解除されましたが、6月も当面の間、自由登園とさせていただきます。それは、『新しい生活様式に段階的に移行し、定着できるように、慎重に進めていきたい』という考えからです。

さて、ご家庭で過ごす時間が今までよりも多かったことと思います。家族の楽しい時間がたくさん持てるという利点があれば、親子で、夫婦で感情がぶつかり合ってしまう場面もあったのではないのでしょうか。今回は、子どもがわがまま言って困ってしまった時、どう関わったらよいか基本的な生活習慣の確立と、規則正しい生活の必要性…についてお伝えします。



当園 HP、トピックスより見られます！

「あかみの  
めいちゃん  
情報局」見て  
×エ～☆三

## 『関係性をよくする 能動的な聞き方とわたしメッセージ』

子どもが駄々をこねて親を困らせるようなとき、それは実は子ども自身の困り感があることが多いのです。そのような時、能動的に聞くと子ども自身が納得して解決していけるケースも多いです。

能動的な聞き方とは・・・

- ①繰り返す②言い換える③言葉の背後にある「気持ちをくんで」その気持ちを確認する。

例えば…幼稚園に行きたくないと言った我が子に対して

子：幼稚園に行きたくない。

親：幼稚園に行きたくないんだね

子：そう、幼稚園に行きたくないの、だって…

親：（子どものさびしそうな表情をみて）おかあさんと一緒じゃない

からさびしいから行きたくないんだね

子：あのね。昨日〇〇ちゃんと喧嘩しちゃったの。

親：そう、喧嘩しちゃったの。

子：でも、今日幼稚園でごめんと試してみる！

わたしメッセージとは・・・（右の資料をご覧ください）親がして

ほしくないことを子どもがしてしまった時、つい「ダメ」と言ってしまうがちです。ダメ、というのは子ども（あなた）に対してのメッセージですね。このように、あなたメッセージではなく、わたしメッセージで、親自身（わたし）の気持ちを伝えることで、子どもが納得して解決できる方法です。 関心がある方は、園に事例を含んだ「親業」の本があります。貸出できますので、お声掛けください。

**親の思いを伝える 「わたしメッセージ」ってなに？**

親が子をしめるのは、もちろん子のためを思っていることです。朝の「早く起きなさい！」から始まって、歯の洗い方が悪い、食事の行儀が悪い、パジャマが肌を掻いて、宿題はやっていないか、忘れ物はないか……と続き、夜寝るまで、「子どものために」親が子に語りかける場面はたくさんあります。

しかし、それが子どもに親の思いを伝えていることになるのでしょうか？

子どもにとっての親の思いは、叱責の真意、親の気持ちを親が子をしめるという行為が効果を持つためには、叱責の真意、親の気持ちを子どもがわからなければなりません。そのためには、親の気持ちを率直に子どもに伝えていくことが求められます。つまり、しめる時には、親の気持ちを伝えることが大切なのです。

「ダメ！」

「おやつは勉強がすんでからよ！」

「やめろというのに、まだやっているのか！」

こんな対応を繰り返していると、親が「いけない」と考えていることは伝わって、なせいけないのか、という親の気持ちは伝わってきません。

さらに、子どもは自分の行動について自分で決める機会を与えられず、一方的に親の意見を押しつけられるので、自分で判断するという自律性をはぐくむ機会も奪われ、親に対する反発もつづいてきます。

「わたしメッセージ」は、まさしく子どもに親のホンネを伝えるためのものです。

①行動—子どもの行動の何が問題なのかを非難がましくなく述べる。

「CDの音が大きい」

②影響—その行動が自分にどんな影響があるかを具体的に述べる。

「本を読もうと思っているのに集中できなくて」

③感情—だからいま自分はどんな気持ちかを正直に述べる。

「明日の仕事がうまくいかと心配になってくる」

これは子どもの自尊心を傷つけにくく、なぜ困っているかもわかるので子どもが心を動かされやすくなります。さらに、ヘッドホンで聞くのか、部屋の戸を開けるのか、「親の邪魔をしないでCDを聞くには」を子どもが自分なりに工夫でき、判断力も育ちます。自立の一歩がここに始まります。

## 『規則正しい生活を送ろう』～規則正しい生活はなぜ大切か～

みなさんもお存じのとおり「早寝・早起き・朝ご飯」は健康に過ごすための大切な3要素です。免疫力をあげるために大人も子どもも大切にしたいことですね。

さて、基本的な生活習慣を大切に、規則正しい生活を送ることは、健康はもちろん、見通しをもって生活を組み立てるということにも繋がります。各学年の成長にあった生活ボードがクラスにおいてありますが、それは発達に応じて、「園生活の流れ（順番）を知る」「1日の流れの中で時間を見て動く」「見通しをもって生活を組み立てる」などのねらいがあります。規則正しい生活の確立は、大人の指示にただ従わせてなされるものではなく、大人の支援のもとで、子ども自らが見通しをもって生活を組み立てていくようになることです。

以下に生活習慣と学習方法の関連の調査結果があります。

幼児期の心と体と頭をフル回転させ、生活や遊びに向かう姿勢が、主体的に学習に取り組む姿勢に大きく影響していくのですね。

言い換えると、何かを教え込まれるのではなく「ドキドキ、ワクワク、なんでだろう、こうしてみよう」など、関心を膨らませながら知的な好奇心に基づき遊ぶことが大切であるということです。あかみ幼稚園で、遊びを通してたくさんの体験を積んでほしいと願っています。



### ■生活習慣と学習方法の関連

さらに驚くのは、生活習慣の獲得の程度によって、学習方法がかなり異なるという点です。表2は、学習に効果的だと考えられる学習のやり方について、生活習慣別に肯定率を算出したものです。ほぼすべての学習方法について、より規則正しい生活を送っている高群の子どもの数値が高くなっています。たとえば、「計画を立てて勉強する」の高群と低群の差は、小学4～6年生では33.6ポイント、中学生では29.7ポイントで、両者には倍ほどの開きが見られました。

ここで、もう一つの仮説が想起されます。それは、時間をコントロールしたり、規律を守ったりして規則正しい生活を送るのに必要な能力が、学習方法を工夫したり、より効果的な学習の仕方を試行錯誤したりする能力と、共通なのではないかということです。「共通能力」仮説とでも名づけられる考え方が、実際に、生活習慣と学習方法には、学習時間よりも強い相関が見られます(表2)。この考え方に基づけば、生活をコントロールする力を身につけること自体が、主体的に学習する力を高めることにつながっているということになります。

	小学4～6年生				中学生			
	全体	生活習慣別			全体	生活習慣別		
		高群	中群	低群		高群	中群	低群
考えても分からないことは親や先生に聞く	85.6	89.3	86.7	> 79.3	73.9	80.4	> 75.4	> 66.0
くり返し書いて覚える	57.0	71.6	» 54.5	» 41.1	62.1	72.7	> 64.8	» 49.0
計画を立てて勉強する	45.7	61.4	» 43.6	» 27.8	45.3	59.3	» 47.5	» 29.6
テストで間違えた問題をやり直す	70.3	82.0	» 70.9	» 54.4	63.5	74.7	> 65.0	» 51.2
問題を解いた後、ほかの解き方がないかを考える	37.8	49.0	» 34.5	> 27.3	31.1	39.8	> 31.6	> 22.2
何が分かっていないか確かめながら勉強する	46.5	61.5	» 42.5	» 32.0	56.8	70.0	» 58.2	» 42.6
遊ぶときは遊び、勉強するときは集中して勉強する	70.8	84.6	» 70.4	» 53.0	72.1	84.8	» 74.0	» 58.0
友だちと勉強を教えあう	56.8	64.0	> 56.5	> 47.6	61.9	64.5	62.5	58.7
自分に合った勉強のやり方を工夫する	54.5	67.1	» 52.6	» 40.2	61.5	73.0	» 62.3	» 49.7

※数値は「よくする」と「ときどきする」の合計の比率。  
 ※生活習慣は、表1に示した10項目を合計し、高群・中群・低群が三分の一ずつになるように分けた。  
 ※生活習慣別について5ポイント以上の差があるものに「>」、10ポイント以上の差があるものに「>>」をつけた。

東京大学社会科学研究所とベネッセ教育総合研究所の共同研究プロジェクト  
「子どもの生活と学び」より

(文責：中田)



## 《0・1・2歳児》

緑が冴え渡り晴れ晴れとした青空が嬉しい今日この頃・・・

来週には6月を迎え梅雨の季節も迫ってきますが、この青空がしばらく続いてくれることを願うばかりです。

さて、緊急事態宣言も解除され、新型コロナウイルスもなんとか収束に向かい始めたかのように感じますが・・・流行がこれで終わったわけではなく、この先しばらくは、流行の波が繰り返されるのでは？との見解もあるようです。引き続き、3密を避ける行動を意識して生活していきましょう。園でも、手洗い、消毒、密な接触を避ける等出来る事を徹底してしっかりと予防に努めていきたいと思っています。保護者の方のご協力、ご理解よろしく願いいたします。

今年の2月に生まれたやぎの赤ちゃんが、すくすくと元気に育っています。毎朝小屋から出して園庭に繋ぎ、日中はお父さんやぎ、お母さんやぎと共に葉っぱをムシャムシャ食べたり、まったりと日向ぼっこをしたり、子ども達の姿を眺めたり・・・その表情は様々です。やぎは一見無表情にも見えますが、毎日お世話をしていると、何となくですが表情の違いを感じることができます。

朝、私が小屋の近くに寄っていくと、早く出してと言わんばかりに、「メーメー」大きな声で鳴き、つぶらな瞳でうったえてくるのです。その鳴き声に、独り言のように「待っててね、今出すよ」「お腹空いた？」などと応えている私は、傍から見ると、完全に怪しいおばさんかもしれません(笑)。やぎでも毎日お世話をしたり、ご飯をくれる人のことは分かっているのか、頭を摺り寄せてきたり、「戻って」と声を掛けて綱を離すと小屋に戻っていったりします。私の気分は、もう完全にやぎ使いです。(ただ単に、エサが食べたくて小屋に戻っているだけかもしれませんが(汗)・・・) これからも、すくすく大きくなってくれることを願っています。



生まれた当日、おっぱいを搜して



最近の様子です、大きくなりました♪



お父さん、お母さんと一緒に



人間（ヒト）もやぎと同じ哺乳動物の一種です。生まれたときから他の哺乳動物と似た生物学的な行動などもありますが、一方でヒトの赤ちゃんは母親の胎内でどの程度まで育てから生まれてくるのかという点において、他の哺乳動物とは違った非常に特殊な存在でもあります。

2月に生まれたやぎの赤ちゃんは、生まれて間もなく自力で立ち、母やぎのおっぱいを飲み始めていました。これは、他の動物から身を守るための手段として等、進化を遂げてきたようでもありますが・・・。

ヒトの赤ちゃんはどうでしょう？運動能力は未熟ながら、感覚機能は様々な刺激を取り入れることが出来る状態で生まれてきます。音や光、肌の接触、臭覚、味覚・・・。

ほかにも、他の哺乳動物は、生まれたときから、成熟した動物とかわらない体つきや動きをすることが出来ますが、ヒトはそうではありません。ただ小さく生まれてきたのではなく、比率も違って頭でっかちです。

そして、生後1年の間に周囲の人との関わりや環境からの刺激を受けながら学習し、他の動物にはない能力である言語や二足歩行の基礎を獲得していきます（これらの能力は、外界から遮断された胎内で身に付けることは不可能です）。

また、人間の赤ちゃんは、運動機能が未熟で生まれてくるため、かなりの期間、保護と養育が必要です。

そのためか、赤ちゃんは、とてもかわいく、大人が世話をせずにはいられないようにできているのかもしれませんが。

同じ哺乳動物でも、他の動物とは違って私たち人間は、愛着を基盤にした親子関係や、周りの人との様々な関わりから学習したり適応能力を身に付けたり、生まれつき持っている能力をさらに発展させたりしていくことができるのです。

こうして考えてみると、人間の発達にとって、周囲の環境（人、物、場）が大きな影響を与えるということをあらためて実感します。

特に、乳幼児期は、身近な人的環境や物的環境、自然や社会事象の中で発達し、環境とのかかわりも徐々に広がり深まっていきます。周囲の様々な環境に興味、関心、好奇心、探究心をもって関わりながら、感じたことや考えたことを表現する力の基礎も培われていきます。そして私達保育者は、こうした人、もの、場などが相互に関連しあい園での生活が豊かになるよう環境を構成し、色々な経験ができるよう援助していきたいと思っています。〈参考文献：乳児保育 萌文書林〉



（文責：新井）