



ぽけっと



2013年度から

♪ ぽけっとのひろば ♪

ご利用内容がすこし変わります！

ぽけっとはまもなく6年目を迎えます。これまで多くの親子のみなさんに遊びにきていただきました。この5年余は、「気軽に遊びに来ていただきたい」「おかあさんの悩みに寄りそいたい」「お子さんとたくさん楽しみたい」という職員の想いを少しずつ手探りで実現させていく日々でした。その想いはますます膨らむばかりです。このたび指定管理の任期が満了になりましたので、諸事情を考慮して葉山町と5か年計画の見直しを行いました。大きな変更は、ひろばの開放時間の短縮になります。これまでひろばを閉館して行っていた大掃除や職員会議は閉館後に、ひろば終了後を相談時間に充てるなど、利用していただきやすくする改良点もありますので、ご理解いただければ幸いです。変更点は新年度4月から実施させていただきます。どうぞこれからもぽけっとを変わりになく、よろしくお願いたします。



＜4月からの利用時間＞
一時預かり・多目的室は
従来どおりです♪

9:00 10:00 11:00 12:00 13:00 14:00 15:00 16:00 17:00

ひろば みんなのへや	12:30~14:30 ※お庭遊びは休憩です		※15:00以降も相談 は随時受けつけます	
ぷち 一時預かり	おさんぽ	おべんとう	おひるね	おやつ
9:30~16:30 ※予約は2ヶ月先まで受けつけています				

9:00 10:00 11:00 12:00 13:00 14:00 15:00 16:00 17:00

子のこころ 親のこころ ~子育てをこころの発達から考える~

こころを溶かす魔法の言葉…「泣きたいだけ泣いていいよ」

広場でお母さんたちとお話していると、「子どもが泣くとイライラしてしまう…」とおっしゃっているのをよく耳にします。母親は本能的に「わかってあげたい。子どもを泣かせたくない」という意識が働くので、こころが揺れるのはごく自然なことです。ただ、「泣くんじゃありません！」と叱ってしまうと、お子さんはますます泣きたくなるでしょうし、お母さんはそんな自分をいいとは思えず結局悲しくなってしまうでしょう。それでは出口の見えない堂々巡りのスパイラル…。

幼い頃の記憶を辿って、私がくりかえし思い出せる光景があります。母に叱られて泣いている私を、父はよく泣きやむまで抱っこしてくれました。背中を撫ぜながら「よしよし、ママを困らせたいんじゃないよな。泣きたいだけ泣いていいよ…」その言葉は魔法のようにこころに沁みて、つぎの瞬間言葉にできなくて抑え込まれていた感情がこころの底から涙といっしょにドッと溢れてくる（じつは「ママ嫌い、どうしてわかってくれないの？」という怒りや悲しみは表面的なもので、ほんとうは真逆の「こっちを見て、わかってほしい」と母を求める気もちだと、あとで理解することになるのです）…その後は胸のつかえがとれたように、不思議と泣きたい気もちが薄らいでいるのでした。涙に浄化作用があるというのはほんとうですね。父の言葉とやさしく撫ぜられる背中の中にも「おまじない」のように私を安心させて、こころが穏やかになっていく感覚をいまも鮮明に思い出せます。

親に自らが子どもに泣かれる立場になって初めて、そのときの母の気もちも自分のほんとうの気もちもわかるようになりました。母は2つ違いで生まれた弟の世話に追われ、姉である私に早く自立してほしいと子育てに頑張っていただけ。幼い私は母の期待に応えたいのに、甘えたい気もちを抑えきれずやんちゃを言ってしまっただけだったと。どちらも頑張っているのに…伝わらないコミュニケーション。「もうせつない想いはイヤ」すなおに甘えられなかった過去の自分を癒すように、我が子には父がしてくれた「泣きたいだけ泣いていいよ」という姿勢で接してきました。この言葉は、私にとって「ありのままの気もち」を思い出させてくれる魔法の言葉です。



◆上野 祐子(うえの ゆうこ) 副センター長・心理相談担当 ◆

Q. 子どもを元気にするには
ほめればいいのか？

A.

「ほめる」「叱る」はほどほどに…

ほめられるとうれしいですね。お子さんはほめられたくてがんばる…だから一時的には効果があるように見えます。でも、「ありのままがいい」と全面的に受け入れ安心させる言葉ではないので、ほどほどがいいと思います。

ほめることも叱ることも、「できている」「できていない」と、結果を評価する言葉がけです。「ほめられたい」とがんばることは、「叱られないように」がんばるのと同じくらいお子さんのプレッシャーになって疲れてしまう場合も…。

「だいすき」「できてもできなくても大丈夫」
「共感」がこころを育てる

①「だいすき」と存在そのものを認める言葉がけ ②「できなくてもできなくてもお母さんが幸せそうにいっしょにいてくれる=無条件に認められる」 ③「共感」=「気もちを理解してもらうこと」が、お子さんを一番安心させます。勇気凛々！元気百倍！本物のやる気ができます♪