

皆様、こんにちは。第16号に引き続き、2回目の登場となりました、生涯学習課・家庭教育支援担当の“わかさん”です。

今回は、親学出前講座の実施後アンケート(※)を活用して、子育て中の皆様が、どのような場面で子育てに喜び(ニコニコ)や大変さ(イライラ)を感じるかを集計し、その結果をもとに、地域において家庭教育支援に関する活動を行う家庭教育支援活動者の皆様と意見交換を行いました。

皆様も集計結果をご覧になりながら、自身の子育てについて、一緒にふりかえてみませんか。



※令和元年10月末までに生涯学習課に届けられた延べ1010人分の実施後アンケート(無記名)を集計

Q. 「ニコニコ」を感じるのはどんなとき?

(主な意見を順不同でご紹介)

・一緒に遊んだり、本を読んだりしているとき	・子どもが幸せそうなとき
・「ありがとう、だいすき」と言われたとき	・子どもたちが大声で笑っているとき
・常日頃(いつも)	・子どもの行動で感動したとき
・健康でいてくれること	・自分から宿題や片付けを終わらせたとき
・お手伝いをしてくれるとき	・自分にはない発想をしたとき
・お友達に対して優しく仲良くできたとき	・寝た後、ゆっくり子どもの写真を見返すとき
・グーって、抱きついて甘えてくるとき	・新しいことができるようになったとき
・ご飯を「おいしい」と食べてくれるとき	・親子一緒に寝るとき
・自分の子がかわいいって言われたとき	・誰かのために行動しているとき
・苗に「大きくなあれ」と呪文をかけているとき	・悩みごとを相談してくれたとき
・ルールや時間を守り、生活ができているとき	・親のことを心配してくれるとき
・一緒に食卓をかこんでごはんを食べるとき	・布団に入り、読み聞かせをしているとき
・家族団らんで会話をしているとき	・物事がスムーズなとき
・歌をうたったりダンスをみせてくれるとき	・親の意見に耳を傾けているとき
・がんばっている姿をみたとき	・兄弟が仲良くしているとき
・元気に外遊びをしているとき	・子どもの機嫌がよいとき
・言い間違いをするとき	・1人でゆっくりする時間がとれるとき
・好きなことに熱中しているとき	・疲れていないとき
・子どもがいきいきしているとき	・心に(時間に)ゆとりがあるとき

どれも、わかるなあ。
書いてあることを
想像するだけで
こちらが
ニコニコになりますね。
【支援活動者SCさん】

読んでいだけで
ニコニコが共感でき、
自分の子育てのときも、
同じだったなあ
と思いました。
【支援活動者KHさん】

ニコニコになる
キーワードは、
「家庭で」、「一緒に」
「家族が同じ方向を向いている」
などですね。
【支援活動者MHさん】

Q. では、「イライラ」を感じるのはどんなとき? (主な意見を順不同でご紹介)

・わがママを言っているとき	・イヤイヤ期や反抗期
・おもちゃのブロックをふんだとき	・チャイルドシートを嫌がる時
・兄弟げんかしているとき	・洗濯物を脱いだままにしてある時
・こだわりが強く接するのが難しい時	・成績が悪かった時
・あいさつやお礼ができない時	・忘れ物がなおらない時
・注意をしても同じことをくりかえす時	・決めた時間に出かけられない時
・話をきいてくれない時	・できない要望をしつこく要求される時
・返事が適当な時	・子どもの機嫌が悪くなおらない時
・がんばって作ったご飯を食べてくれない時	・寝起きが悪い時
・ごはんをぐちゃぐちゃに食べている時	・生活習慣が乱れている時
・人に迷惑をかけてしまう時	・家事などやることがたくさんある時
・なかなか寝てくれない時	・疲れていて、ふれあう時間がとれない時
・トイレトレーニング	・会話中に割り込んで話をしてくるとき
・大きな声を出された時	・忙しい時間に勉強を見てと言われる時
・やるべきことをやらず言い訳をする時	・自分の好きなことができない時
・子どもが自分の意見を言えない時	・学校行事と仕事の両立が大変な時
・ゲームをやめない時	・パパではだめでママでしか解決できない時
・約束を守らず、それを隠した時	・夫と意見があわず、手伝ってくれない時
・わざと甘えて、人にやらせるとき	・子どもとずっと2人きりの時
・「あとで」を覚えた時	・2人同時に母親を求めてくるとき
・まとわりつかれる時	・公園などでぐずられ、1人を感じてしまう時
・子どもの言葉が本当かウソか分からない時	・自分が疲れている時
・思い通りにいかない時	・自分に余裕がない時

自分もそうだったけど、イライラの原因は、やっぱり「ゆとりのなさ」が関係しているのかなと感じています。
【支援活動者YKさん】

一緒に子育てをしているパパとのコミュニケーションも大切な。親学講座に誘い、参加すると子育てを考える良いきっかけになると思います。
【支援活動者SMさん】

表の中にもある「子どもとずっと2人きり」では、たくさんふれあえる時間もあり、いろんなことにも気づく反面、相談もできないので、イライラの原因になりやすいと思います。親子で息抜きができる場が身近にあるといいんだけど…【支援活動者KAさん】



さて、次のページでは、家庭教育支援活動者の方々から、イライラを感じたときの対処法を伺いました。

家庭教育支援活動者からのメッセージ

イライラを感じる際の項目の中から、気になった項目について、支援活動者の方からの軽減・解消のためのアドバイスやご自身の体験談を交えてアドバイスをいただきました。今後のご参考にしてみてはいかがでしょうか。

表の中の項目から

「イヤイヤ期や反抗期のとき」

2歳半から3歳ごろのイヤイヤ期や小学校高学年からの反抗期は、どの子にも起きる、言わば、心の成長の証。わが子も「順調に成長してきたな」と思えば、気持ちも楽になります。

【支援活動者TCさん】

「疲れていて、ふれあう時間が取れないとき」

私の場合は、「お母さん、今は“休み時間”だから」と子どもに伝えました。そして、“休み時間”が終われば、子どもと一緒に遊ぶ。そのうち、子どもも理解してくれて、待ってくれたり、子どもだけで遊んだりしてくれるようになりました。

【支援活動者SMさん】

「まわりつかれるとき」

アンケートだけでは詳しいお子さんの様子が分かりませんが、少なくとも子どもがまわりつくのは、人生のわずかな時期だと思います。いっぱい“くっついていられる”のは、とても幸せなことだと思います。

【支援活動者SHさん】

その他

子どもに全部を期待しない

「これだけではできない子になってほしい」との思いで子育てすると、子どもへのイライラが減ると思います。そして、それができたら、「しっかりとほめる」。すると、結果的に、子どもはどんどんよくなっていくと感じています。

【支援活動者STさん】

イライラ解消法は、“笑う”こと

私は、子育てに限らず、イライラの解消法は、“声を出して笑う”ことです。“笑う”ことは、ストレス解消以外にも、健康になったり、幸せ感が高まったりと、いい効果いっぱいです。

【支援活動者ASさん】

こどもるっくる版 親学出前講座

支援活動者との意見交換でも話題になりましたが、イライラの行動の中には、子どもなりにがんばっていることもあります。確かに、2ページの表にある様子は、どれもイライラしてしまいがちですね。だけど、見方を変えると、そこが、**子どもの自己肯定感を高めるポイント**にもなるのです。

子どもに期待を寄せることは、親として当然なこと。だけど、まずは、「**子どもの話をよく聴くこと**」「**子どもの思いを受け止め満たしてあげること**」「**できないことを指摘するよりも、今できていること・がんばっていることを見つけ、『よくがんばっているね』と認めてあげること**」を心がけてほしいと思います。

そうすると、“イライラ”が減って、“ニコニコ”が増えてくると思いますよ。



ガッチリ運動★突撃アンケート

実施報告

令和元年11月24日(日)第12回うつのみや人づくりフォーラムにおいて、地域教育メッセが行われました。その会場において、「ガッチリ運動★突撃アンケート」を実施しました。アンケートに答えてくれた皆様、ありがとうございました。

その中で、ある2組の親子にアンケートをしたとき、親から子への問いかけが同じになり、結果は異なったのですが、お互いとても素敵だったので、ちょっとご紹介します。



ガッチリ運動★突撃アンケート
質問内容 「親から子どもへ
「大好き」を伝えていますか？」
会場 南図書館(地域教育メッセにて)

【アンケートした数】

来場した親子の中から
36組の親子に実施

【結果】

伝えているよ	34組
まだちょっと	2組

1組目 パパと娘さんの2人でいるところを直撃！

(担当から質問をしたあと…)

パ パ：「**パパ、(大好きって) 伝えているかな**」

娘：(迷いなく、ニッコリしながら)「うん、伝えているよ」

それに答えるように、パパの顔もニッコリ(笑顔)でした



やっぱり、直接**“言葉”**で言われると、笑顔がでちゃいますよね。

2組目 パパと息子さんの2人でいるところを直撃！

(担当から質問をしたあと…)

パ パ：「**パパ、(大好きって) 伝えているかな**」

息 子：「伝えてないな」

(そのとき、パパは笑顔で)

パ パ：「そうか、ワハハッ」

(担当に向かって)

パ パ：「正直な家族ですみません」



子どもの「伝えていない」との言葉に、「そんなこと言わないの」など否定せずに、**「笑い」で返す**ところが素敵でした。

「よし、次の場所にいくぞ」と、一緒に仲良く寄りそって歩く姿は、**パパの愛情がしっかりと伝わっている証拠**ですよ。