

## 子育て Q&A ~「しつけ」はしつけ糸~



「しつけ」って怒ること?

いいえ、違います!!  
「しつけ」は、しつけ糸のように  
ゆる～くするものです。



「仕付け」とは着物の形が“整うように仮に縫いつけておくことを言います。着物はやがて縫いあがると、仕付けの糸がはずされます。しつけは、子どもが“自分の力で”物事を考え行動すること（自律）を目指しています。感情的に怒ることではありません。「昨日よりできたね」など子どものスマーレステップを見逃さず、できたりことを認める言葉を声に出しましょう。

先輩ママの一言  
できなくてあたりまえ。かわいい  
かわいいで育てて大丈夫。

次回は「自律心を育てるしつけ」 6月頃配布予定です!!



湯ったりゆがわら健幸プラン「乳幼児期 子どもの健康ワンポイント講座」問い合わせ先／保健センター 63-2111（内線362）





## 子育て Q&A ~ 自律心を育てるしつけ ~



「しつけ」ってなに？

「自分でできる力」  
「人とかかわる力」を  
育てること!!



自分でできるように手助けをすることが「しつけ」です。  
大切なことは、自分で自分をコントロールできる力を育て、自尊心を傷つけないこと。怒鳴ったり、たたいたりすることは、逆効果です！  
「ダメ」と言うより、「こうしたらしいよ」と伝えましょう。  
ひとりでやらせて、できなかつたときに笑顔で手伝おう(たよらせる)。  
ママの姿を見て、今日できなくても、明日できるようになります。

先輩ママの一言  
自分だけじゃない。悩むことがふつう。  
気にしすぎないことが大事。

次回は「しつけは楽しみに待つこと!!」

9月頃配布予定です!!





## 子育て Q&A ~「しつけ」は楽しみに待つこと!!~



「しつけ」をしたら  
すぐに身につくの?

大切なのは  
気長に待つこと。



しつけ=パパ・ママの成果ではありませんし、急ぐ必要もありません。「がんばったね」「できるまで待ってるよ」というくり返しが、「できるんだ！」という自信につながります。できただけをほめるのではなく、やろうとしたことをほめましょう。自主性をはぐくむことが大切です。

先輩ママの一言  
「たまには見ない  
フリ。」いつもいい  
ママでいる必要な  
くてないんです。

次回は「しつけは共感が大事」

12月頃配布予定です!!





## 子育て Q&A ~「しつけ」は共感が大事~



子どもが"言うことを  
聞いてくれないん  
だけど…



まずは子どもの言うことを  
聞いてあげましょう。

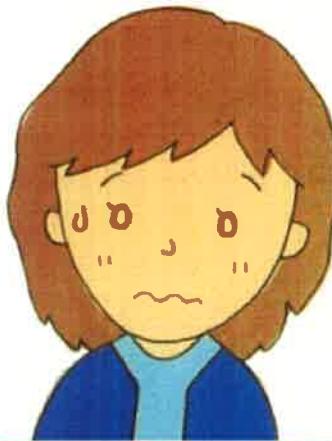


「どうして、そんな事をするの」「また同じ事をして」私、毎日ヘトヘト。  
そんな時は「〇〇したかったのね」「〇〇だったね」と子どもの気持ちに  
「ね」をつけて、言ってみましょう。当たれば『わかつてくれた！』ハズレな  
ら『違うよ。〇〇だった』と理由がわかります。大切なのは「共感」。  
わかつてくれる味方の言葉は届きます。

先輩ママの一言  
イライラするのは  
がんばっている  
証拠。肩の力を  
抜きましょう。



# 子育て Q&A ~しつけは自分自身の言葉で~



人前での子どもの叱り方は

子どもが一番大好きな人を  
思い出して！



「人に迷惑かけちゃだめ！おばちゃんに叱られるよ！」と言っていませんか？一度自分の怒りや恥ずかしさをのみ込んで、深呼吸をして気持ちを整えましょう。そのあとで「ママは○○ちゃんが○○すると悲しい。」「ママは○○ちゃんが○○してくれるとうれしい。」と大好きなママの気持ちを素直に伝えましょう。その言葉の積み重ねが子どもに伝わります。

先輩ママの一言  
子育てはお互い様！  
迷惑かけてもいいんだよ！

次回は「しつけとごほうび」 6月頃配布予定です!!

