



スマイル子育て便り

釧路市児童発達支援センター 令和4年4月28日発行 No.13

釧路市児童発達支援センターでは、“スマイル子育てだより”を発行し、良好な親子関係をつくるための『かわり方のヒント』をお知らせしています。ぜひ子育ての参考にご覧ください。

4・5月

環境の変化から、不安や疲れが行動に出やすくなる時期

- 怒りっぽい・ぐずる・興奮気味・行きたがらない など、お子さんの対応に困っていることはありませんか？



- お子さんが上手に伝えられない**気持ち**を考えてみましょう。

- ・ 緊張して疲れたなあ
- ・ 新しい場所（人）にまだ慣れないよ
- ・ 新しい先生やお友だちがいて嬉しい
- ・ お母さんと一緒に安心だなあ など



- お子さんの気持ちを受け止め、**温かい言葉**や**スキンシップ**で応援しましょう。

- ・ 「おかえり！疲れたね。」 「待ってたよ。」
- ・ 「ドキドキしたね。よく頑張ったね。」
- ・ 「楽しかったね。また明日行こうね。」
- ・ 抱きしめる、頭をなでてスキンシップ など



おうちの方が気持ちを受け止め、励ましてくれることで、こどもは安心し、『また頑張ろう』という意欲につながります。お子さんのぐずりやイライラが続くと、大人も感情的になってしまいがちですが、『今、どんな気持ちかな？』『何を伝えたいのかな？』と冷静に考え、お子さんの気持ちに寄り添った言葉をかけてあげてください。

※ 伝え方やほめ方のポイントなど、これまでのスマイル子育てだよりは釧路市HPに掲載しています。

(<http://www.city.kushiro.lg.jp/kosodatekyouiku/kosodate/1005280/1005394/1005403/1007371.html>)

※ 質問や相談がありましたら、気軽に児童発達支援センター職員に声をかけてください。

- ◇ 地域支援相談担当 44-3555
- ◇ 野のはな園 44-1022



スマイル子育てだより
バックナンバーはこちら