

わらべのぞみ だより

第34号
令和元年9月発行

今年の夏は連日高温注意報が発令されるほど厳しい暑さでしたが、サロンはお盆もたくさん親子が来館され、子どもたちの元気な声であふれていました。

「ささのはさらさら おちばにゆれて・・・」と歌いながらキララ祭りにあわせ、「わらべのぞみ」でも短冊に願いを書いて七夕飾りを作りました。5月には新元号令和に改められましたが、元号が変わっても健やかに育てて欲しいという親の願いは変わらないようです。サロンでは、そんな一生懸命頑張っているママ達のために子育て支援コンシェルジュによるミニ講座を3月18日のぞみで、5月27日わらべで実施しました。

今回はその時の「まめの木式ペアレントトレーニング（ペアトレ）」をご紹介します。



「まめの木式ペアトレってなあに？」

日々の子育ての中で、子どもが「してほしくない行動」をとる場面は必ずあります。ほめる子育てのほうが良いとわかってはいても、つい子どもを注意することに気が回りがちです。親子間のトラブルは親にとってもストレスです。叱ることに疲れてしまったり、子育てに自信を失くしてしまったりするかもしれません。

どのように注意すればトラブルを減らせるのか。子どものどこをほめてあげればよいのか。

ペアトレは、そのようなちょっとしたコツを子育てにプラスしてくれます。

「まめの木式ペアトレキーワード」

ペアトレは子どもを直すのではなく、親がより適切な対応を身につけるものです。親が変われば、親子関係に変化が生まれ、それが間接的に子どもの行動へと影響します。

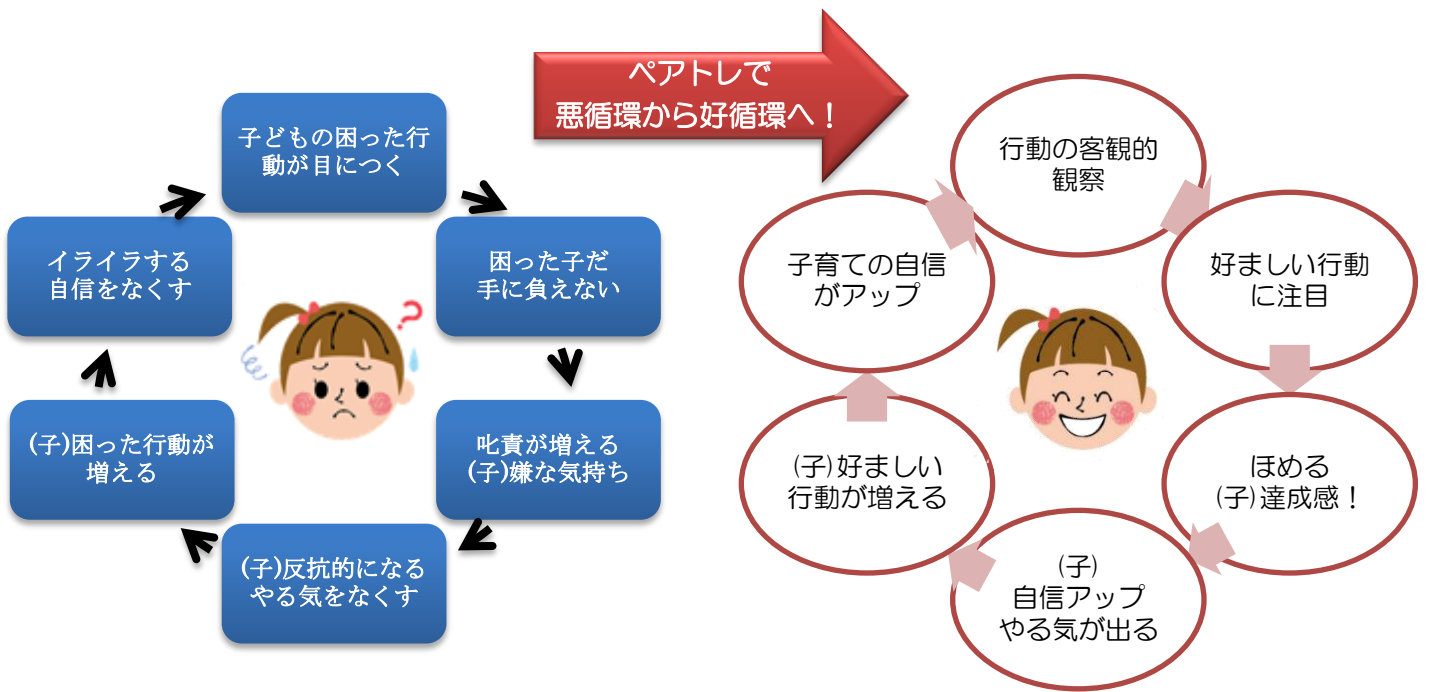
「子育て講座でパパママにお伝えしたいこと」

ペアトレの手法を用いても一度や二度で子どもに変化が生まれるものではありません。日々コツコツと積み上げていくことが子育ての大変さでもあります。毎日ご飯を食べて健康な体が作られるように、日頃の親子のやり取りの中で少しずつ子どもの心が育っています。そう思うと「子育て大変だけど頑張ろう！」と力が湧いてくるのではないのでしょうか。



ペアトレを受けた
ママたちの声

- ・聞いてよかった！一呼吸おいてからを心掛けていこう
- ・悪いことより良いことをみつけよう！
- ・気長にガンバロー！



!! 「〇〇しましょう」とやってほしいことがある時はCCQで話しかける

C(Calm)・・・あなた自身がおだやかに
 C(Close)・・・子どもに近づいて
 Q(Quiet)・・・声のトーンをおさえて静かに

*第2回パートしを、のぞみ9月26日(木)、わらべ10月に開催予定



人気上々!
 今年からスタートしたスタッフによるよみきかせ



スタッフの声

◇ 小さな子がママのおひざに抱っこされているのを見ると幸せ
 ◇ 将来本の好きな子になるだろうと楽しみ!

◇ 子どもの反応・笑顔が見たくて!
 ◇ 大勢いるとうれしく力が入ってくる

*** スタッフ研修実施**



“つくってあそぼう”で作った「ケロケロ」

・5月6日のぞみにて子育てに関わるスタッフ22名が参加し「明るく楽しい居場所をつくるために」をテーマにファシリテーション方式で多くの意見を出し合いました。『安全・安心で安らぎの場・交流の場となるよう、あたたかな人間愛をもって見守っていきましょう』と和気あいあいのもとに学び合いました。

・8月下旬に第2回スタッフ研修が行われ、さらに充実した環境づくりに心掛けるよう、スタッフ一同気持ち新たに頑張っていきます。

土浦市子育て交流サロン
 わらべ Tel Fax 029-825-1030
 のぞみ Tel Fax 029-824-8620
 (運営委託：土浦市更生保護女性会)