



発行：土浦市教育委員会 生涯学習課（ウララ2ビル7階）
TEL 826-1111(内線 5163) Mail syougaigakusyuu@city.tsuchiura.lg.jp

スポーツの秋、芸術の秋、読書の秋などといわれるように、秋には様々なイベントが行われます。お子様と一緒にいろいろな体験活動に参加し、たくさんの経験を積んでみてはいかがでしょうか。今回は、家庭教育についての情報として、「保護者としての心がけ」について、2つの特集記事を掲載しています。市立図書館の新しいサービスの紹介もあります。ぜひ一度、お読みください。

特集1 子どもが混乱してしまう「ダブルバインド」

- ◆ 子どもは、大人の一言一言に耳を傾け、大人の行動一つ一つに注意を払いながら、自分自身を見つめることで、自分の行動の価値基準のようなものを築いていきます。
- ◆ 大人の言動には一貫性が大切です。ですが、場面によっては、言動に矛盾が起こってしまい、子どもがどうしたらよいか迷ってしまうことがあります。二つの矛盾する言動を求めることを、**ダブルバインド（二重拘束）**と呼びます。ダブルバインドは子どもの心を混乱させ、保護者と子どもの信頼関係に深く関わります。
- ◆ この状況をできるだけ防ぐためのポイントを紹介します。
 - ① **気がついたことは、その時にその点だけを指摘する。**
一つ一つ気がついた時にしっかりと話をするように心がけましょう。あれもこれもと、まとめて指摘すると、矛盾が生まれやすくなります。時間をさかのぼって、昔のことを指摘するのも、混乱の原因になりやすくなります。
 - ② **自分が言っていることをチェックする冷静さをもつ。**
子どものよいところを伝える時には、気持ちをのせて元気に話してよいですが、誤りを指摘するような場面では保護者が感情的になりがちなので要注意です。知らず知らずのうちに、子どもに矛盾することを要求してしまうことがあります。
 - ③ **大人もきちんと謝り、丁寧に説明する。**
大人も、子どもに対してまちがいを認めてきちんと謝る姿を見せることで、子どもは納得すると同時に、自分がミスしてしまったときの対処法を学ぶことができます。

参考資料 茨城県教育委員会ホームページ「すくすく育て いばらきっ子」家庭教育コラム

☆起こりがちな場面例①☆

子どもを叱っているときに、「黙ってないで何か言ったら？」と言っていたと思ったら、子どもが何か言う。「言い訳は聞きたくありません！」と言ってしまふ。



○子どもは、自分の気持ちを伝えても、伝えなくても叱られてしまい、混乱してしまう。

☆起こりがちな場面例②☆

許可を求めてきた子どもに「自分で考えなさい！」と言ったのに、別の場面では「どうして、勝手にしたの!？」と叱ってしまう。



○子どもは、自分で判断すべきか、何でも親に確認すべきか、わからなくなってしまふ。

土浦市家庭教育のつどいが開催されます。

来年2月に、「令和6年度土浦市家庭教育のつどい」が開催されます。市内の小学生の保護者が一堂に集まって、一緒に学ぶ講演会となります。ぜひ皆さんお誘い合わせのうえご来場ください。

- ・日 時 令和7年2月15日（土）10:00～
- ・会 場 クラフトシビックホール土浦 小ホール
- ・講演内容 子育てにおけるアンガーマネジメント（怒りの感情のコントロール）について（予定）





特集2 「ほどよい母親」であるために

「ほどよい母親（グッド・イナフ・マザー／good enough mother）」という言葉があります。イギリスの小児科医ウィニコットという人の言葉です。これは、子育てをする人は完璧でない方がよい、「ほどほど」がよい、ということです。

人を育てることは、とてもすばらしいことですが、大変なこともたくさんあります。ちょっとくらいうまくいなくてもいい、息抜きしてもいいのです。子どもに自然な愛情を注ぎ、一緒に時間を楽しむことのできる「ほどほど」の親がよいのです。

参考資料 茨城県教育委員会「子育てアドバイスブック ひよこ」p2

※主たる養育者が女性（母親）でない場合もありますが、原典の表現で記載しています。



親子読書のすゝめ from 図書館

【My本棚】をご活用ください♪

My本棚とは、Web上で図書館の本に関する情報を記録できるサービスです。図書館ホームページの「利用者ポータル」から利用が可能で、自分専用の仮想本棚に読みたい本を登録する機能や、事前の設定により図書館で借りた本の履歴を自動で保存できる機能があります。（土浦市立図書館の所蔵資料に限ります）

図書館では個人情報保護の観点から貸出履歴を残さないため、返却と同時に、お借りになった本の記録は消えてしまいます。

My本棚を利用することで、借りた本の情報を記録し確認いただくことが可能となりますので、ぜひお子さんやご自身の読書記録にご活用ください。

★ご利用には、利用者ID番号と利用者ポータル専用のパスワードが必要です。

★詳細は図書館ホームページをご確認ください⇒



土浦市立図書館
(JR土浦駅前 アルカス土浦内)

★ 読書案内 ★



『スマホの与え方・
使い方の教科書』
野本 一真／著
産業能率大学出版部

急速な時代の変化に伴い、子どものスマートフォン保有率は増加傾向にあります。スマホは便利な機器であると同時に、使い方を間違えれば、トラブルに巻き込まれる要因にもなりかねません。本書では、子どもを取り巻くトラブルの例等を挙げながら、スマホを使う上での注意点が紹介されています。各ご家庭でのスマホの使い方やルールについて、お子さんと話をする際のヒントとしてご活用いただける一冊です。

茨城県家庭教育応援ナビ
「すくすく育ていばらきっ子」



【家庭教育応援ナビ】



【公式 X (旧ツイッター)】



やっぱり、家族っていいね。

家族の日 家族の週間

家族の日は、11月第3日曜日 家族の週間は、家族の日 前後各1週間

家族や地域の大切さ、こどもを社会全体で温かく包み込む大切さ等について理解を深めてもらうため、平成19年度から11月第3日曜日を「家族の日」、その前後各1週間を「家族の週間」と定めています。家族と過ごす時間を大切にしていましょ。