

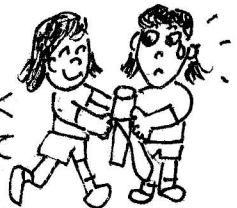


## 気持ちを整えること

ある日のことです。こりす組のAさんは、自分の思い通りにならなかったことがあって泣いていました。私は、「こうしたかったのね。」と、Aさんの思いを受け止めた後、「たくさん泣いてのどが渴いたでしょうから、お茶を飲みましょう。」と言うと、Aさんは、自分の水筒のお茶を飲みました。その後は、お気に入りの水筒の話始めて、少しすると気持ちが落ち着きました。

数日後も、同じようなことでAさんが泣いていました。「この前、Aさんがお茶を飲んだら、涙を止められたね。」と私が言うと、Aさんは、水筒のお茶を飲み、泣くのをやめました。Aさんが、「お茶を飲むと気持ちが落ち着く。」と思い出して泣くのをやめたことは、幼児期に育てたい「自立心」につながる大きな意味があります。

また、こりす組のBさんが泣いていると、今度はCさんが、Bさんの水筒を届けてくれました。Cさんは、以前Aさんがお茶を飲んで泣き止んだことをよく見ていたので、「きっとBさんもお茶を飲めば泣きやむだろう。」と自分で考えて水筒を届けてくれたのです。Cさんの優しい気持ちに感激しました。



幼稚園では、子どもたちが思い通りにならない時に泣いたり叫んだりするなど、子どもの感情が高ぶっているときに、何かの状況を変えて接するようにしています。「場所を変える。」「人を変える。」「物を変える。」など、子どもたちが自分から気持ちを落ち着かせられるようなきっかけをつくるということです。つまり、「違う部屋に行って話す。」「別の人が話す。」「これもありますよと、別の物を見せる。」などです。子どもたちが立ち止まって自分の言動を振り返るきっかけをつくってみると、案外自分で気持ちを整える姿が見られます。

AさんやBさんにとって、お茶を飲むことは、気持ちを立て直す大切な行為だったと言えます。ダメなことをダメと伝える前に、少しほっとするやり取りがあると心がほぐれて、子どもは自分の言動を素直に振り返れるようです。お茶を届けたCさんの心優しい支え方を見習ってほしいものです。

## 夏の思い出

我が家の息子が幼少期の頃の夏の日出来事を、今思い出すと、「懐かしく楽しい時代だった」。としみじみ感じています。

夏の旅行後、「どこが楽しかった？」と息子に聞くと、「滑り台」とのこと。なんと観光地ではなく、途中で寄ったサービスエリアの滑り台でした。「何が嬉しかった？」と聞くと、「おやつを選んで買い物したこと。」とのこと。旅行前のささやかな買い物でした。大人が楽しいと感じることと、子どもが面白いと思うことは、違うのだなと感じました。

また、ある時は、棒を倒して行き先を決めながら地域の公園めぐりをしたこともありました。今でもその公園の近くを通ると、その時の事を思い出してほっこりします。「面白い生活大作戦」として、いつもの生活にも、面白い名前を付けると楽しくなるようにしたこともありました。「サンドイッチパーティー」「スパゲッティーパーティー」など、具を選んで自分で作りながら食べる日をカレンダーに書き込むと、「うちは、パーティーが多くて金持ちみたい！」と喜んでくれました。「お手伝い大作戦」として、買物計画書作り、洗濯たたみ競争もしました。日常の中のちょっとしたことも、工夫次第で楽しい思い出になることでしょう。

「〇〇に挑戦」として、達成できそうな一歩先の目当てになる目標を子どもと決めるのもいいですね。長い夏休み、子どもと向き合う時間がたっぷりあって、大人にとっては、少し大変に感じている方もおられるでしょうが、今しかできない、今だからできる夏の思い出を、面白がってつくれるといいですね。子どもと計画し、充実した毎日でありますように！