

# たんぽぽだより



2016年2月号

♪鬼は外～福は内～♪とこわ～～～い鬼さんもやって来て、豆まきをしましたが、現在たんぽぽはインフルエンザでお休みさんが多くちょっと寂しい節分でした。

どんな鬼さんが逃げていったのでしょうか？好き嫌い鬼？いやいや鬼？いじわる鬼？病気鬼？

さて先月2つの心理のお話を聞いてきました。

1つは以前テレビに出られていた心屋仁之助さんのされている「心屋塾認定講師」のかた、もう1つは保育の研修で、臨床心理士の倉成先生のお話でした。

共通していたお話がありました。まず、同じ事でも感じ方や表現法がひとりひとり全然違うこと、もう一つが、1つの事柄に対して2つの感情が出る事があるそうです。

わかりやすく言うと本物(裏)の感情と偽物(表)の感情が、あるのだそうです。

例えばいじめしている子の表の感情は、《嫉妬》や《怒り》や《嫌悪感》などですが、本当は自分の親に対する《悲しみ》や、《寂しさ》だったりするのです。

そして偽物(表)の感情に対して対策をとっても、それは全く解消されない、でも本物(裏)の感情を受け止めてもらえるとスッと解消されるんだそうです。

どうして偽物の感情が生まれるかと言うと、小さいときに否定されてきた感情(例えば「男のくせに泣くな」とか「怒っちゃいけません」とか「イヤイヤ言わない!」とか「それくらい痛くない」と言われたり)、感じた時にその感情を出さず、感情をカモフラージュするため、イライラしたり、暴れたり、笑ってごまかしたりと言う事が起こってくるのだそうです。

そして、それがどうして起こるのか本人もわからないようです。

さらに本物の感情を抑え続けているとだんだん麻痺してきて、自己防衛反応からその感情を感じないようにまですることがあるそうです。それが怖い!痛みを感じないようにしてしまうと他の人を傷つけても平気になったりします。佐世保の2つの悲しい事件もそうでしょう

表に出せない感情が作られるのが、乳幼児期

小さい時は『喜・怒・哀・楽』すべての感情を出しているはず、怒りも悲しみも必要な感情なんです。その感情って否定したり、なかったことにしちゃいけないんです。

私は今流行の『叱らない子育て』じゃなくて、『受け止める子育て』と言う方が言葉として合ってるんじゃないかと思っているんです。

保育サロン  
たんぽぽ

『受け止める』とは……「怒っているんだね、わかるよ」「いま悲しいんだね」と言葉に出して言う事だと思っています。

そこを理解したうえでしつけとは「通せないことは申し訳ないけど通せないんだよ」と静かに何度も何度も言う事です、決して大きな声で「それはダメでしょ！！」と頭から言う必要はないのです。大きな声で言う事はただく恐れを植え付けるだけで、子どもには何にも響きません・伝わってません！……これぜったい！

何度も言うことによって、頭に言葉が残ります、感情がなかったことになって本物の感情を隠す必要はなくなるのです。

と言う事で2/27(土)午後ボイスキャンというソフトを使って親子の感じ方や、表現の仕方の違いを知って子育てに役立つアドバイスを小児科の「片岡京子先生」にさせていただきます。

詳細は後日ぜひ時間を空けておいてください。

## 目 標：言葉で伝えよう

### お手伝いをしよう

ねらい：みんなと仲良くなろうとする。

0歳児：保育者が感染症など一人一人の健康状態に留意する事で寒

い冬を、健康に過ごせるようにする。

1歳児：友達と関わりあいながら、一緒に遊ぶことを楽しむ。

2歳児：保育者と一緒に、冬の生活の仕方を知る。

友達や保育者と一緒に遊びながら、いろいろなごっこ遊びを

楽しむ。

3-4歳児：進級への期待をもち、身の回りのことに丁寧に取り組む。

5歳児：卒園や就学に向けて自分の成長を感じ自信を持つ。

## 2月の保育内容

0歳児：食事) 苦手なものでも少しづつ食べようとする。

遊び・友達関係) 遊んでいる友達の様子を見たり、たくさんの言葉をかけてもらったり、そばで同じおもちゃを使って遊んだりする。

1歳児：生活習慣) 手洗い、着脱など身の回りのことを自分から進んでやってみようとする。

遊び・ことば) 保育者や友達と遊びながら簡単な言葉のやり取りを楽しむ。

2歳児：生活習慣) 衣服の着脱や自分の物の片付けなど自分の事を自分でする。

遊び・友達関係) 自分の一番になりたい気持ちが友達にも同じようにあることを知り、順番を守ることや待つことを知る。

3・4歳児：健康) 感染力の強い病気はやる時期なので、こまめに手洗いうがいをする

人間関係) 集団遊びに必要なルールを知り、友達と一緒に遊ぶ楽しさを味わう。  
環境) 身近な冬の自然現象についての発見を友達や保育者に伝えながら一緒に楽しむ。

5歳児：健康) 寒さに負けず、楽しみながら戸外で遊ぶ。

季節) 冬の自然の不思議さを感じたり春の訪れを探したりして楽しむ。

### お願いとお知らせ

・インフルエンザが流行っています。自己治癒力の強い子は、治りが早いですが、体力が弱っていると重症になる場合もあります。

38度以上の熱が急激に出た場合は感染を疑います、感染拡大防止のため、病院での検査をお願いします。インフルエンザになった場合は、水分補給・部屋の加湿をしてゆっくり休むことが一番です。寒がっている時は暖め、暑がる時は冷やしてあげる事が良いです。湯たんぽはいいですよ。

・登園する場合は、登園許可証を病院からもらってきてください。

・どうしても仕事が休めない方は、さいくさ小児科で病児保育室をやっていますので、そちらに登録をお勧めします。

・苦情はありませんでした。

### 保護者向けの行事

2月20日(土) たんぽぽ給食料理教室及び試食会

2月27日(土) ボイスキャンを使い、子どもと自分の特性を知って子育てに生かしましょう。

だしつくりや塩麴つくりも1組でも希望があれば行います、連絡をください。

その他クリスタルボウル演奏会なども企画中です。おたのしみに！