

# 子供の不安をやわらげるためにできること

## 今年を振り返る・・・

習志野市総合教育センター

### 子供の様々な変化に不安を抱える保護者の皆様へ・・・

学校の終業式は23日です。今年度は冬休み前に通知表が配布されることはありませんが、子供と一緒に1年を振り返り、その成長を確認できると良いです。その際は、うまくいかなかったことの反省にとどまらないことが大切です。

#### ☆学習の振り返り・・・

・「100点取った!」「30点しか取れなかった」という点数や苦手な学習の振り返りも大切ですが、「九九をおぼえた」「社会科で地図が読めるようになった」等、学習内容の中で出来るようになったことを具体的に振り返ると良いと思います。『出来るようになったこと』は子供の『得意』につながり、将来的にその子供の『強み』になっていく可能性があります。

#### ☆生活の振り返り・・・

・日々の生活の中で「目覚ましを一人でセットして起きることができるようになった」「一人で洗濯物をたためるようになった」等、子供の生活の中に小さな成長がたくさんあると思います。「お兄ちゃんになったね」「お姉ちゃんになったね」と声をかけながら成長を確認してみてください。更に「来年は〇〇が出来るようになると良いね」と目標を立てることができると良いです。



#### ☆失敗したことの振り返り・・・

・子供ですから失敗をして指導されたこともあると思います。しかし、子供にとって失敗は成長するために必要な糧です。「次は失敗しないように!」と念を押すだけの振り返りよりも、その失敗に対してどう思ったのか、何を学んだのかを聞いてみましょう。振り返った後に「〇〇はダメだったけど、いい勉強ができたね。これで次はこの失敗はしなくなるね」等と一言付け加えられると良いです。

#### ☆保護者の方の振り返り・・・

・子供と一緒に1年の様々な事を振り返ると、子供の成長をたくさん見つけることができると思います。その子供の成長は、保護者の方々の見守りや支援、愛情の結果だと思えます。振り返りの最後は、子供の成長を通して保護者の方の1年間についての自己評価(プラス評価)ができると良いです。



お子様の心の変化や登校渋り等でお困りの時は、総合教育センター教育相談を御利用ください。

総合教育センター 教育相談(047-475-8341) 青少年テレホン相談(047-475-7867)