

# 子供の不安をやわらげるためにできること

## 【友達づくりがうまくいかない子供へのアプローチ】



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・・・

6月中旬となりました。運動会などの学校行事もたくさんの学校で行われました。1学期も半分が過ぎ、お子様の学校での様子が気になっていることと思います。そこで今回は、友達づくりについて考えてみたいと思います。

#### ◇友達関係を築くには・・・

友達関係を築いていくには、学校の環境、兄弟の有無や成育歴、そして家庭環境など様々な要因が影響を与えていると考えられています。今回は、友達との関係を「ひとりぼっちタイプ」「受け入れてもらえないタイプ」「すぐ喧嘩タイプ」「誰とでも仲良しタイプ」と4つに分け、その中から「ひとりぼっちタイプ」へのアプローチの仕方を考えてみましょう。



#### ○ひとりぼっちタイプ

休み時間に一人で過ごしているタイプです。ただし、「一人で絵を描きたい」、「一人で本を読みたい」と、一人での時間を楽しみたい時もあります。いつも一人でいると心配かもしれませんが、関わる場面でしっかりと友達との関係ができていれば心配はないでしょう。

しかし、友達と関わりたいのにどう接すればよいかかわからないために一人になっている子供には、「わたしも鬼ごっこにいられて。」「ぼくも、そのアニメ見たよ。」等、仲間や会話に入れる言葉が言えるようになるためのアプローチをしてみたいはかがででしょうか。

<自分の気持ちを言葉で表現できるようになるには>

- ① お子様の自己肯定感を高め、自分に自信がもてるようにする。
  - ・お子様の長所に気付き、それを褒めてあげてください。
  - ・人(兄弟姉妹や友達)との比較ではなく、その子自身の物差しで見ないようにしましょう。
  - ・結果だけではなく、過程を認めていきましょう。
  - 「前よりも上手になったね」
  - 「結果は残念だったけれど、よくがんばっていたね」
- ② 子供が話しやすい楽しい雰囲気在家中で作るように努力する。  
言いたいことを我慢しない雰囲気は大切です。
- ③ お子様が出発する機会を増やす。など



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)  
特別支援教育相談(047-476-0210) 適応指導教室「フレンドあいあい」(047-471-1236)