



# おひさま

八代市教育サポートセンター  
子ども支援相談室便り  
令和5年7月号

文責 江藤紀子



## 子供の力を信じよう！



幼い子供が「自分でやる」と言い張ってコップに入った水を運び、案の定こぼしてしまう光景を見かけることがあります。

それでも「自分で自分で」と言い張る子供に親の対応は「ヘルプ」と「サポート」の二つに分かれます。

「ヘルプ」は、できないと決めつけて「またこぼすでしょ！」と親が運んでしまう対応。

「サポート」は、できると信じて見守り、「ゆっくりね」と声をかけたり、横について歩いたりしながら、自分で最後まで運ぶ経験をさせる対応です。



「自分で運べたね」

### 子供に必要なのは、「ヘルプ」ではなく、「サポート」です

#### ☹️「ヘルプ」

「ヘルプ」は、親が子供の力を信じることができずに、「できない」という思い込みのもとで子供がすべきことをしてあげることです。

子供も自分の力を信じることができなくなって、挑戦しない子供になって親の「ヘルプ」に甘んじていきます。

#### 😊「サポート」

「サポート」は、親が子供の力を信じて、「必ずできるはず」という思いでやり方を教え、見守りながら子供にさせることです。

子供は、失敗しながら上手になる経験を積み重ねているので、失敗を怖がらずに挑戦し、自分のことは自分でする子供になっていきます。

#### 「ヘルプ」が多くないか、☑️チェックしてみましょう

- 子供が時間がかかったり上手いかないのを見ると、ついしてあげる
- 子供が求めているものを察したら、取ってあげたり買ってあげたりする
- 悲しい顔を見ると放っておかず、子供の問題を親が解決する

## 子供に最高のプレゼントをあげよう ～まずは、「朝自分の力で起きられるプレゼント」を～



「子供が一人でも生きていけるような力を付けてあげること」それは、親が子供にあげられる「最高のプレゼント」だと思います。

「朝、何度声をかけても起きません。」「朝起こすと機嫌が悪いんです。」という子育ての悩みを聞くことがあります。

朝自分で起きることは、子供の自立のためにとっても大切なことです。病気や起立性調節障害などの理由で起きられない場合を除き、親が子供のためにしてあげることが、朝起こす「ヘルプ」ではなく、朝自分で起きられるようになるための「サポート」です。

まず、子供の力を信じましょう。トイレも食事もどこかの時点で信じて手を離れたからこそ、一人でできるようになったのです。「この子は、必ず一人で起きられるはず」と信じて手を離すことが大事です。



「あなたならできるよ」



次に、朝日を入れると体内時計が調節されて目が覚めるなどの知識を与えたり、自分でセットして起きられる時計を与えたり、家族で就寝時間に協力したりするサポートをしてみてもいいでしょうか。

## 子育て相談（不登校など）

### ●相談方法

- ・電話 0965-33-6145（相談室直通）
- ・メール kodomo-sien@yatsushiro.jp  
（または、下のQRコードから）
- ・面談 やつしろ子ども支援相談室

（八代市役所4階教育サポートセンター内）

### ●相談時間 月～金曜日 午前9時～午後2時

※相談無料。匿名で相談できます

