

おやつのかん3 -ちょっとひとやすみ-

—落ち着かないなあ—

NO. 10



3月、この一年をしみじみ振り返りたいところですが、なんだか落ち着きません。なぜって？やっぱり先が見えにくいからなのでしょう。場所や人の移り変わりがある(あるかもしれない)と、4月からの自分の身の置き所が、今ひとつはっきりしませんからね。

大人が落ち着かないと、見事に子どもに伝染します。ことばで言い表せないことほど、何となく感じあってしまうのが家族です。小さい子ほど、毎日が完全燃焼ですから、先のことなど考えていないかもしれません。でも雰囲気は十分察します。大きくなるにつれて、先のこと少しづつ見えてきますから、大人と同じ感覚に近づいていきます。どの子にも自分なりの経験値があり、まずはそれに当てはめようとします。自分のイメージ通りに“こと”が運ばないと、そりゃ、落ち着きません。「いやだ」「やらない」は、落ち着くための自己防衛策のひとつです。動かないのがいちばんの安全策ですから。「わからない」「知らない」なんてことがあれば、それは暗闇に突っ込んでいくようなものです。いくら「だいじょうぶ、だいじょうぶ」と言われても、何が“大丈夫”なのか、疑心暗鬼にもなります。

3月31日から4月1日に時計が進むと、一瞬、日本中が落ち着かなくなります。大人も子どももです。そこで、子ども達が新しい場所で早く落ち着くためのポイントを3つ挙げてみます。

ひとつめは、「ここではこの人に頼ればいいんだ」という人とたくさん触れ合うことです。その人と波長を合わせる気持ちよさを早めにつかんでもらいましょう。『人』が見えると安心します。

二つ目は、自分が落ち着ける場所を見つけることです。それは自分の机と椅子かもしれません。部屋の一角かもしれません。おもちゃや本のある場所かもしれません。そこから周りが見渡せれば、きっと落ち着きます。全く新しい場所なら、まずは、どこに何があるのか、しっかり伝えていきましょう。『場所』がつかめると安心できます。

三つ目は、何がこれから始まるのか、何をすると終わるのか、その子にわかりやすい伝え方や、経験の仕方で徐々に知らせていきましょう。『流れ』がわかると落ち着きます。

卒園卒業する子ども達は、これまでしっかり人と向かい合ってきました。しっかりと自分の場所を持ってきました。あんずで大切にしてきたことだから、きっと大丈夫です。

でも、お家の方ができることは限られています。その場に一緒に居れないですからね。なので、上の3つを、これから我が子に寄り添う人が実践しているかどうか、コミュニケーションをとりながら確かめてみてください。この3つをやさしく伝えてくれれば、もう安心です。きっと、新しいことにワクワクできます。腕利きの支援者は、間違いなくここから入ります。子どもの笑顔を引き出すために必要なことだとわかっているからです。

そう、その前にやっておくことがあります。この一年をゆっくり振り返ってみてください。

この一年で、子どももご家族もどう歩んできましたか？どんな出会いがありましたか？我が子の得意技は？支えてほしいところは？さあ、我が子の姿をどんな言葉で語りましょうか。

お手伝いさせてください。一緒に振り返りましょう。どこかHOT すると思います。

大丈夫！心配しないで、自信を持って春を迎えましょう！ (H29. 3) K

