

人から好かれる子になってほしい



Q 人の真似をして嫌がられる

人の言ったこと、やったことなど真似をしておもしろがっているのに、友達が離れていってしまうようです。どうしたらよいでしょう？

A 相手の気持ちになって考えることを

お子さんは、悪気はなく人の真似をして反応を面白がっているのでしょうか？周囲から注目をあびたいのでしょうか？または、友達と一緒に遊びたくて人の真似をしているのかもしれませんが、人の真似をすることは悪いばかりではなく、“真似るは学ぶ”と言われるように、子どもの成長の過程では、何でも人の真似をする時期があり、真似をしながらいろいろなことを学んでいきます。しかし、お子さんが友達の言動を真似することで、相手が嫌な思いをして友達が離れていってしまう状況では困りますので、できることから始めてみましょう。

まずは、お子さんにどうして人の真似をしているのか、聞いてみてください。まだ意味も分からず友達の気持ちにも気付かない年齢のお子さんでしたら、もう少し様子を見られてもよいと思いますが、お子さんが、“友達の真似をすることで嫌がられている”状況を伝え、知らないうちに相手を傷つけ嫌な思いをさせている場合があることを、分かる範囲で話をしておきましょう。「相手の気持ちに気付いたり、思いやったりすることができるようになってほしい」などの保護者の方の気持ちも伝えておくともよいと思います。

人の真似をしたり、揚げ足を取ったりして面白がっているような行動をするお子さんは、“自分に注目してほしい、こっちを向いてほしい”“自分の言動に自信がもてない”などの気持ちがある場合も考えられます。小さなことでもお子さんの頑張りや成長をできるだけ褒め、よい面を認め、「しっかり〇ちゃんのこと見ているよ、認めているよ」「〇ちゃんのこと大好きだよ」などのメッセージを送り続け関わってください。自分に自信をもち、自分の思いを表現し主体的に行動できるように励ましてあげることが必要です。

また、お子さんが、「ぼくね」「わたしね」と話し出し、「友達と遊びたいのに仲間に入れない」「友達が遊んでくれなくて寂しい」などの気持ちを訴えた時は、お子さんが自分の行動を振り返り、変わるチャンスです。保護者の方はお子さんの話に耳を傾け、「大丈夫、一緒に考えていこうね」と、安心感をもたせ、“なぜ、友達が離れていってしまうのか”“人の真似をすると相手はどう思うのか”など、自分を振り返り、相手の気持ちに気付くことができるように、悩みや困り感を共有し一緒に考えてあげましょう。

園の先生にも相談して、園と家庭の双方でお子さんが望ましい姿に成長し、園生活や友達関係がスムーズにいくように、支援していただくとよいと思います。しかし、いろいろな手立てを考えたり、話をしたりしてもすぐにはお子さんの行動や状況が変わらない場合もあります。保護者の方は、焦らずゆったり関わりながら、成長を見守っていかれたらいいかがでしょうか。



Q 愛想がなく表情がくらい

感情表現をあまりしない子です。愛想がなく、表情が暗いので友達もあまりいないようです。どうしたらよいでしょうか？

A 保護者の方も表情豊かに！

子どもには様々なタイプの子がいます。“感情表現をあまりしない”ということも一つの個性です。性格の長所、短所は表裏一体の面がありますね。お子さんが感情表現をあまりしなくても、きっと控えめで落ち着いていて冷静なタイプだと思います。友達が少なくても気の合う友達とじっくり遊び園生活を楽しんでいるのであれば、あまりご心配はないと思いますが、少しでも“感情表現が豊かで明るい表情”の子どもになることを願って次のようなことをやってみたらいかがでしょうか。

お子さんのよいところはどこでしょうか？まずは、保護者の方がよい面やよい表れを認めて、たくさん褒めて自信をもたせてください。大人も子どもも褒められればうれしいですし、認められることで自分に自信が付いていきます。自分に自信をもつことで、少しずつ生き生きとした明るい表情が多くなっていくと思われます。

次に、お子さんの好きな遊びを見つけ、保護者の方も一緒になって楽しんでみましょう。小さなお子さんは、特に“くすぐりじゃれっこ遊び”など、スキンシップを伴った遊びを喜びます。大好きな保護者の方と好きな遊びをしたり、体を動かし楽しい経験をしたりすることで緊張感がとれ、次第に表情もほぐれてくるでしょう。楽しくわくわくするような経験や体験を積み重ねることで、「楽しかったね」「面白かったね」などと、その感動が言葉や表情になって表れ、その思いを受け止め共有してあげることで、更に素直に自分の思いを表現するようになってくると思います。

しかし、子どもの中には、感情表現が上手くできないお子さんもいます。「だるまさん だるまさんにらめっこしましょ」や「手をたたきましょう …… わっはは わっはは ああおもしろい」などの表情遊びや手遊びなども表情変化を楽しむことのできる遊びです。このような遊びを繰り返し楽しむことで、お子さんの感情表現も少しずつですが豊かになってくるものと思われます。是非、一緒に楽しんでみてください。

最後に保護者の方へ。小さな子どもは保護者の表情や言葉、行動、嗜好など全てのことをモデルとして成長していきます。“子どもは親の鏡”と言われます。保護者の方も“豊かな明るい表情”で毎日生活し、お子さんに接していくことが大切です。

いろいろ働きかけてみたけれど、改善されずご心配が続くようでしたら、園の先生や近隣の子育て支援センターや保健福祉センター、市町の家庭児童相談室（係）などに気軽にご相談されることをお勧めします。

Q 負けず嫌いで、負けると泣いたり怒ったりする

とても負けずきらいで、負けると激しく泣いたり怒ったりするので友達からも仲間に入れてもらえなくなったようです。どうしたらよいでしょうか？

A 負けず嫌いをよい方向へ



お子さんが“負けず嫌いで、負けると泣いたり怒ったりする”ことは、反面、物事に対して意欲的に強い意志をもって取り組んでいる表れではないでしょうか。積極的に周囲にかかわり“もっとやりたい意欲”や“やろうとする強い意志”があることはとてもよい表れです。ただ、全てが思い通りにいくはずもなく、勝負に負けたり、思い通りにならなかったりすることはよくあることです。でも、お子さんは思い入れが強いだけに、思い通りにならず負けてしまった時などに、悔しくて泣いたり、怒ったりしてしまうのでしょうか。

3歳頃はまだ自己主張の表れが強い時期ですが、これから友達と関わりながら、遊びや生活の中で様々な経験をし、ルールや周囲との折り合いのつけ方などを学んでいきます。この頃のお子さんでしたら、「悔しかったね」「また、今度頑張ろう」などと気持ちを受け止め、あまりご心配せず成長を見守っていかれてもよいと思います。しかし、4、5歳になって“友達からも仲間に入れてもらえない”状況に本人が気付き困っているようであれば、「どうして仲間に入れてもらえないのか」「どうしたらよいのか」など、適切なアドバイスをし、一緒に考えてあげるとよいでしょう。

勝敗のある集団遊び、ゲームやリレーなどでは、「勝ちたかったけど負けてしまった」という悔しい思いを受け止めながら、お子さんが最後まで諦めず頑張った態度や一生懸命取り組んだ姿勢などを認め褒めてあげましょう。そして、“勝ち負けがすべてではない”“自分の思い通りにならないこともある”ことなどを、具体的な場面で知らせていくことが大切だと思います。

例えば、「○君、すごく頑張っていたね。真剣な目をしてかっこよかったよ」「今日は負けちゃったけど今度は勝つように作戦を考えようか」などと、具体的に頑張った面を認め、お子さんの感じている悔しさを次回につなげ、気持ちの切り替えができるような言葉かけや励ましをしてください。お子さんは何度か悔しい思いを体験し、泣いたり怒ったりを繰り返しながらも、このような関わりをしてもらう経験を積み重ねていくことで、気持ちのもち方や切り替え方を学んでいきます。この時、保護者の方の言葉かけや話は、分かりやすいことを心掛け威圧的にならないようにしましょう。

ただし、感情のコントロールができず激高して相手に暴力的になったり、危害を加えたりするような行為が見られた時は、すぐに止めさせなければなりません。そして、お子さんの気持ちが落ち着いたら、自分の行動を振り返り反省することができるような関わりをすることが大切です。自分の感情をコントロールすることが苦手な子どもは、心配な行動を繰り返すことがありますが、自分で感情のコントロールをして友達に受け入れてもらえるように、お子さんの気持ちを受け止めた上で、悪い行動をした時は毅然とした態度で接するなど、厳しくも温かなかわりをして根気よく見守ってください。

時間はかかるかもしれませんが、このような関わり方を続けていくことで、“勝ち負けだけがすべてではない”“頑張った気持ちも認めてもらえる”“次に挑戦するチャンスはまた来る”ことなども分かってきます。そして、少しずつ自分の行動や感情がコントロールできるようになると、仲間関係も変わってくるものと思われれます。お子さんの負けず嫌いの強い意欲や意志をよい方向へ向けながら、お子さんの成長を見守っていかれたらいかがでしょうか。



Q 友達に誘ってもらえず、仲間はずれになっている

とりたてて意地悪したりいばったりしないのに、友達に誘ってもらえず仲間はずれになっているようで心配です。どうしたらよいのでしょうか？

A お子さんの魅力を引き出して

仲間はずれになっているとご心配されていますが、どのような時にそう感じられたのでしょうか。3歳くらいまでの友達関係は、その時の状況に影響されやすいため、あまり深い意味もなく「入れてやらない」「おまえは仲間じゃない」などと言うこともありますので、そうであれば、あまり気にせず子どもさんに他の友達と遊ぶよう声をかけるなどしてください。この頃は、一人で充実して遊ぶことも大切なことなので、子どもさん自身は、案外気にしていないのかもしれませんが。

もう少し大きな年齢で、子どもさん自身が友達から誘ってもらえないことを気にしているようでしたら、一緒にどうしたらよいのか考えみてもよいでしょう。ただ、その際も、自分と合わないのに無理をして仲間に入れてもらうようがんばることはありません。大人もそうであるように、子どもにも相性というものがありますから、お子さんに他のグループの仲間に入れてもらえる方法もあることを伝えることもよいかもしれません。

また、お子さんのよいところを伸ばし、隠れている力や魅力を引き出して、周囲に認めてもらうようにすることも一つの方法です。自分の好きな遊びがあり、夢中になって楽しそうに遊んでいる子どものそばには、「おもしろそうだね」「なにをやってるの」「入れて」などと子ども達が自然に集まって話しかけてきたり、興味を示したりして、遊びの輪が広がっていきます。ご家庭では、お子さんの興味ややる気を引き出すために、好きな遊びを見つけ、夢中になって遊ぶことができる時間や環境を作ってあげるとよいと思います。例えば、お子さんと触れ合っただけじゃなく遊びを楽しんだり、ご家庭にある空き箱や新聞紙で好きな物を作って遊んだり、一緒に散歩に行つて花や虫を探し自然に触れて遊んだり、夜空の星や月を眺めたりするなど、親子で楽しみながら様々な体験をすることが、お子さんの興味や遊びの世界を広げるきっかけになると思います。

ご家庭での生活の中では、お子さんのよい面や成長を認め励まして自信をもたせ、「〇ちゃんのこと大好きだよ」「〇ちゃんのことなところが素敵だよ」「こんなこともできるようになったんだね」などと、温かなエールを送り続けてください。子どもは、保護者の方に励まされ認められることにより安心感や信頼感をもち、自分に自信がついていくことでしょう。

更に、保護者同士が仲よくなることで、子ども同士も仲よくなる場合もあります。保護者の方も積極的にご近所に友達をつくって、お子さん同士を交流させる機会をもつこともお勧めします。保護者の方の友達が増えることで、きっとお子さんの交友関係にも広がりが見られることと思います。

保護者の方は一人で悩まず、園の先生にもご相談になり、家庭と園との双方で協力しながらご心配を解決されていかれるとよいと思います。園の中では、先生に仲立ちになっていただき、友達と一緒に楽しく遊ぶ様々な経験を積み重ねていくことで、少しずつ自分からも遊びの中に入っていき気持ちがもてるようになるでしょう。お子さん自身が夢中になって遊んだり、生活したりする積極的な姿は大きな魅力となり、友達にもお子さんのよさや存在がだんだん認められ、友達との関係が上手くいくようになると思われます。時間はかかるかもしれませんが、温かい気持ちでお子さんの成長を見守り、よい面を伸ばし、魅力を引き出しながら関わっていかれたらいかがでしょうか。



Q 内気ではっきり言えず泣く

内気で自分の気持ちを言えず、すぐに泣いてしまうので友達にも好かれていないようです。どうしたらよいでしょうか？

A 小さな成長を認め自信をもたせて

泣き虫”という言葉があるように、言葉より先に涙が出てしまうお子さんはいます。感情が豊かなお子さんなのかもしれませんね。また、もしかしたらお子さんは、自分の思いを表現するのが苦手で、緊張してしまい言い出せず、困って泣き出してしまうのかもしれません。真面目で“何でもしっかりやらなければ”という意識や“失敗したら困る”という気持ちが強いことも考えられます。泣くこと自体は困ることではありませんが、泣かれると周りの子どもさんの方が困ってしまい、離れていくのかもしれませんがね。どちらも幼児期には仕方のないことですが、保護者の方にとっては辛く感じられることでしょう。まずは、ご家庭でできる事から始めてみましょう。

お子さんは、ご家庭では保護者の方に自分の思いを出しているのでしょうか？家の外では自分を出せなくても、“家では元気で大きな声で話をする”というような内弁慶のお子さんでしたらあまりご心配はないと思います。お子さんはいかがですか？嬉しいことや悲しいこと、嫌なこと、困ったことなど、感じたことを自分の言葉で表現できるとよいのですが、お子さんが自分の気持ちを言う前に周囲の大人が先回りして言うことはありませんか？ご家庭でも口数の少ないお子さんの場合は、大人が先回りして、話をしなくても困らないような状況を作っていることも考えられます。また、周囲が威圧的で厳しい対応が多いと、子どもは気持ちが萎縮して自分の感情や思いをのびのび表現することはできませんので注意してください。そして、自分の思いを自分の言葉で言えるように、“お子さんが言い出すまで待つ”ことも大切です。あまりせかさず、さりげなく励ましながら、背中を押すような言葉かけをしてあげてください。

更に、お子さんのよい面や頑張っていること、得意なことや好きな遊びをして一生懸命に取り組む姿など、何でもよいので、「○ちゃんのここがよかったよ」「とても頑張っていたね」など、具体的な場面でのやる気や積極性を認め褒めながら、少しずつ自信をもたせてください。そして、たとえ小さな声でも、泣かずに自分の思いを自分の言葉で表現したり、行動できたりした時は、頑張りを受けて、お子さんの自信を積み重ねてあげましょう。

保護者の方は、一人で悩まず園の先生にもご相談され、お子さんが園でも泣かないで友達と仲よく遊べるように励ましていくことが大切です。お子さんにも「困ったときは小さな声でもよいから先生に相談してごらん」「うまくできなくても失敗しても大丈夫、先生が応援してくれるよ」などと伝えておくことで、安心できると思います。安心感をもつことで緊張感も和らぎ、泣かずに自分の思いを言える場面も増えていくでしょう。“小さな声でも自分の思いを言えた”という成功体験を積み重ねていくことで、友達にもお子さんのよさが認められるようになってくると思います。時間はかかるかもしれませんが、根気よくかかわり、自信がもてるようにしていけたらいいかなと思います。



Q 弱い子をいじめているようで心配

強い子には何も言えないのに、弟や妹に意地悪をします。園で弱い子をいじめているのではないかと心配です。

A 一対一の関わりを増やして共感を

お子さんがご家庭で弟や妹に意地悪をするので、園でも弱い子をいじめているのではないかとご心配なのですね。お子さんは今、精一杯自分の気持ちのバランスを取ろうと頑張っているところなのでしょうね。お子さんが登園を嫌がらず友達との遊びを楽しんでいるのであればあまりご心配はないと思いま

すが、まずは、“園で弱い子をいじめているのではないかと心配している”ことを園の先生にご相談し、園と家庭と一緒にお子さんへの対応を考えていかれるとよいと思います。

もしも園の友達関係で、強い子に何も言えない不満を弱い子に向けているような状況であれば、先生に友達との関係が上手くいくようにご支援していただきながら、ご家庭では強い子に思いを言えないお子さんの悔しい気持ちを受け止め、話を聴いてあげてください。「そうだったんだね」「○ちゃんも嫌だったんだね」などと、できるだけお子さんの気持ちに共感しながらも、「△くんは嫌な時は嫌と言うことも大切だよ」「自分がされて嫌なことを友達にしてもいいのかな」など、保護者の方の思いを伝えておくことも必要だと思います。ただし、「意地悪はやめなさい」「あしなさい、こうしなさい」の命令口調ではなく、“何がいけなかったのか”“どうすればよいか”などが考えられるような具体的なアドバイスをし、あまりくどくど長くならないように話をしあげるとよいでしょう。

また、ご家庭では小さいながらも、弟や妹の兄、姉として、甘えたい気持ちを我慢していたり、「お母さん、こっちを向いて」と言い出せなかったりするのかもしれませんが。保護者の方はお忙しいこととは思いますが、短い時間でもよいので、お子さんと向き合う時間をつくってください。お子さんは、保護者の方が自分に目を向け存在を認め、一対一で関わって共感の姿勢を示してくれることで、少しずつ気持ちが満たされていくことでしょう。また、お子さんの気持ちを受け入れ、折りにふれよい面をたくさん認められることで、お子さんは満足感や安心感をもち、自分自身に自信がつき、やがては小さい子や友達にも優しい気持ちをもつことができるようになってくると思います。

大きい兄弟がいる場合は、お子さんが、“小さい子や弱い子に対して意地悪をしてしまう”状況を伝えて、「少し優しく接してほしいよ」など、協力を求めるのも一つの方法です。ご兄弟の年齢が離れていない場合にはけんかやトラブルも多く、保護者の方のご心配やご苦労はしばらく続くかもしれません。しかし、子どもは、保護者の方の温かい愛情に包まれ、生活や遊びの中で様々なことを学び、成長し、少しずつ自分の気持ちが主張できるようになったり、相手の気持ちを思いやったりすることができるようになります。保護者の方の願う姿になるには、時間がかかるかもしれませんが、あまり焦らずゆったりした気持ちで、お子さんたちの成長を見守っていかれたらいいかがでしょうか。