



集まれ! 戸塚区青少年指導員(青指) だよ! さくらっこ!

戸塚区青少年指導員協議会は 戸塚区青指 検索



第78号

2025年
9月25日



目次

P.1...「観察力、それは親のスーパーパワー」／P.2・3...戸塚の富士見スポット／戸塚宿七福神めぐり
P.4...令和7年度 児童文化作品展／2025年度 上期行事・2025年度 下期行事予定

子育て

ワンポイント!

No.30

「観察力、それは親のスーパーパワー」

子育てとは、言ってみれば一大プロジェクト。しかも24時間365日、無給で休みなし。さらに相手は小さな謎の生命体。彼らは言葉を話す前から自分の意志を持ち、泣いたり笑ったり、突然床で寝転んで抗議活動を開始したりします。さて、この謎めいた生き物とうまく付き合うにはどうしたらよいのでしょうか?

は言葉を話す前から自分の意志を持ち、泣いたり笑ったり、突然床で寝転んで抗議活動を開始したりします。さて、この謎めいた生き物とうまく付き合うにはどうしたらよいのでしょうか?

観察の重要性

その答えの一つが「観察」です。心理学的にも、観察は子どもの理解と適切な対応に欠かせないスキルとされています。多くの心理学者は、子どもの発達を「観察」から学びました。私たち親も発達心理学者のようにになりたいものです。

何を観察するか

子どもの表情、しぐさ、声のトーン、おもちゃの扱い方、食べ物を選び方——こうした日常のささいな行動に注目するだけで、たくさんの情報が見えてきます。たとえば、「バナナを縦に裂かないと怒る」など、彼らの「こだわり」も観察によって判明します。これを無視して裂き方を間違えようものなら、小さな怪獣が出現します。観察、大事。



サインの観察

心理学の「アタッチメント理論」によれば、子どもは安心できる大人との関係(安全基地)を通じて、自信を持って世界を探索します。この「安全基地」を築くためにも、親が子どものサインをよく観察し、適切に応えることが重要です。泣いたときにただ「泣かないの!」と抑えるよりも、「今、疲れてるのかな?お腹すいたのかも?」と気持ちを読み取ってあげるだけで、子どもは「わかってもらえた!」と感じ、信頼関係が深まります。

違いを観察

また、観察によって「問題の芽」も早めに見つけることができます。いつもと違う行動が続いている、笑顔が減っている、食欲がない——そんなとき、無理に叱るのではなく、「何かあったのかも?」と一歩立ち止まれる親でいたいものです。これ、いわば「心の健康診断」。日常的な観察が予防になります。



観察と監視

ただし観察と監視は違います。常に横で目を光らせていると、子どもは「親レーダー」の隙について行動したり、逆に自立心が育ちににくくなったりします。観察とは、ちょっと離れた位置から「よく見ているよ、でも自由にしていいいんだよ」というメッセージを送ること。そう、まるで動物ドキュメンタリーのナレーターのように——「さあ、3歳児の珍しい“かんしゃくタイム”が始まりました……」なんて心の中で実況中継しているくらいがちょうどいいのです。

子育ては思い通りにならないことの連続ですが、観察することで見えてくる成長の軌跡は、何よりの宝物。昨日できなかったことが今日できるようになった、小さなチャレンジに向かっていった、そんな瞬間を見逃さずに「見てたよ、すごいね」と声をかけること。それは子どもにとっても、親にとっても大きな力になります。

親に必要なスーパーパワーは観察力です。ただし、無理は禁物。たまには観察をお休みして、子どもと一緒にただ笑うだけの日も大切です。だって観察対象との信頼関係こそ、いちばん大切ですから。



※ これまでの子育てワンポイントは右のところから読むことができます。

戸塚区 青指だよ

検索

https://www.city.yokohama.lg.jp/totsuka/kurashi/kosodate_kyoiku/ikusei/seishi/seishidayori2.html

