



さぬき市教育委員会事務局 生涯学習課

令和3年2月

# ポジティブ子育てのススメ

子育ては  
適当なところがあっていい

「育児はこうすべき」「自分がしっかりしないと」と思い込むと、  
疲れてしまいます。

子育てが自分にくれた  
いい面を探して

子どものおかげで人と出会ったり、  
世界が広がったりしたはず。それらを見  
つけるのも、子育ての面白さです。

毎日の子育てが楽しい！

幸せになれる「ポジティブ子育て20の言葉」

## 子どものしつけに悩んだときは…

子どもにとって親は「恋人」。  
親に寄り添おうとするから しつけが成り立つ。

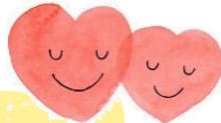
親を悲しませたくないという思いも強い。  
だから、親が考えている子どもになろうとするのです。

頑固、かんしゃく持ちというのは、  
自分の意思を持っているということ。

人間として必要な意思が芽生えてきた姿だと思うと、子育てって楽しいですよ。

しつけで悩むのは一生懸命やっているから。

立派に育ててほしいという期待感があるから、一生懸命に  
なり、悩むのです。子育てで悩むのは、いい親の証拠です。



## 子どもとの向き合い方に悩んだら…

困ったと思える性格も見方を変えれば輝きが違って見える。

視点を変えると、「うちの子、こんないいところもあるんだ」と、発見もあります。せつかく子どもが持っている性格です。長所として見ていきましょう。

よその子と比べるのではなく、子どもの過去と比べる。

わかりやすいのは、1年前と比べること。  
「こんなこともできるようになったんだ」と成長や努力のあとが見えます。



「親だから」と上から目線ではなく対等に自分の本音を言う。

嘆き、残念、困ったなどの気持ちを言い、本音で向き合えば、上から目線では通じないことも、通じます。

時に親は理不尽でもいい。

子どもはこう思うでしょう「早く大人になってやる」

大人はしてもいいけれど、子どもはダメということが多々あります。  
「残念でした、子どもだからダメ」でいいのです。  
それも、子どもの成長の糧になります。

## 子どもの叱り方のコツ

変化球を投げて子どもの逃げ道をつくってあげる。

ユーモアを交えて言ってみたり、気分を変えてあげたりすると、気持ちを立て直しやすくなります。

「静かにしなさい」ではなく「うるさい」と言う。

「うるさい」「危ない」「痛い」は、子どもが実感できる言葉。うるさい・危ない・痛いならやめようと、自分でセーブできるようになります。

感情を伴わない叱り方はしない。

わが子を叱る必要がないのに、よその子のお母さんの手前叱るとか、感情を伴わない叱り方はやめましょう。



【裏面もご覧ください】

## 子どもが安定する家族って、どんな家族？

夫婦が仲のいい家庭の子どもは伸びる。



仲のいい夫婦の子は根っこが安定しています。  
夫婦の基盤がしっかりしていれば子育てはうまくいくのです。



「1番目に好きなのはパパ（ママ）。

あなたは2番目に好きよ。」



夫婦の絆が強く、家族はつながっているというメッセージが、  
子どもにしみじみ伝わります。



父親と母親は価値観が違っていい。



母親が叱った時、父親が子どもに「ママが言うことも正しいけど、できないよなあ」などと耳打ちする（母親と父親が逆でも）。子どもは「別の見方もある」と知り、「パパ（ママ）はわかってくれている」と心強く思います。

## 夫婦仲良くあるために

「あなたも少しは子育てしてよ」は、  
「私に関心を向けて」という妻の叫び。

妻が「子育てして」とか「家のこともやってよ」とか総論的な言い方をしたら、「妻として関心を示して」というサインです。

週末だけ子どもとつき合うパパも、  
「それでどんどん点数稼いで！」と認める。

夫は、妻にも子どもにもいいところを見せよう、  
好かれようとアピールしているのです。



相手が自分の努力で変えられないことを言うてはいけない。

相手がコントロールできないことについて、  
悪口や文句を言ったり、攻撃したりしてはいけません。



子どもが熱を出した時お母（父）さんは  
誰でもマザー・テレサ。

子どもが病気になった時の母（父）親も、自分を抜きにして、  
必死になって看病する姿は、マザー・テレサとちょっとも  
違わないと思います。



「無償の愛」は、実は子どもからの贈り物。

子どもが、自分の中にこんな気持ちがあると気づかせてくれた  
のです。そんなステキなプレゼントを子どもからもらったと  
思うと、おおらかに子育てすることができますよ。



子どもが歩き始めた頃のお母さんが、最高の教育者。

2、3歩歩けるようになったら、子どもの能力を信じ、少し  
前で「おいで」「万が一の時は助けよう」という感じで待つで  
しょう。そして、子どもがばたっと倒れても気にせず、何度  
もつき合う。子どもが大きくなっても、そのやり方で教えてほ  
しいですね。

## 子育てに自信を持って！

子育ては、「平凡」のなかに幸せが宿っている。

「ああ、今日も同じように、何事もなく過ごせ  
たな」と、穏やかな同じ暮らしに価値を見出し、  
幸せを感じられたら、子育ては楽になります。

