「人のいいところに焦点を当てましょう!」

園長　　高杉美稚子

今回は、冬休みを前に、お休み中の家庭での言葉かけについてお話ししようと思います。
実はこれはもうすでに保護者の方にお渡ししている「ママはセラピスト」や「美しく生きる為に」で述べていることです。
20年ほど前、幼稚園でこんなことがありました。園児達が数人、手に小銭を持っているのです。園児達に聞けば、「拾った」「友達にもらった」「先生の机の中にあった」など様々です。「わかったよ。大丈夫だから、何も心配しなくて大丈夫。皆、正直に話してくれてありがとうね。園長先生はお友達のことを信じているからね。すべて大丈夫・・・」と話して園長室から保育室に返しました。

そして、すぐにお母さんに電話、事情を話し、すべては園のシステムが悪い、申し訳ない、だからすぐに改善します。そして今日は何も言わず一緒にお風呂に入って、絵本を読んであげてください。そして何があっても「大好きよ」を必ず伝えてくださいとお願いして約束して頂きました。
その日のうちに、または朝、園児達はすべてのことをお母さんに話してくれたのです。

今は一切現金を取り扱わない制度にしたのはこのことがあったからです。私は幼稚園で何かあったら、必ず制度を改めます。**「人生に失敗はない、やり直しと学びがあるだけ」**が私の信条であるからです。

最低、最悪の時でも、そんな自分を大好きと言ってくれたら、そんな自分から、自分が気づかない魅力を導き出してくれたら、きっと、人は「自分は、自分でいいんだ」を取り戻し、自分に正直に向き合ってくれる、そして勇気を持って前に進めるのだと思います。そのことを信じて、大好きを伝え続ける、いつも、見守って「こうしたら」という適切な行動を示し、後押しをすることが、私達、大人、教育者や親に必要な姿勢だと思います。
そうすると、順位、結果、お金や地位など目に見えるものや結果だけにとらわれることなく、プロセスを大切に、自分を自分として、認めていける、人生を送ることが出来る人に育っていくのだと思います。
過去に生きるから、失敗と後悔があり、未来に急ぎすぎるから、不安と焦りがあるのだと思います。
自分の感情に気づき、今にいればプロセスがあるのみです。「今ここ」に生きていれば、失敗はありません。
結果を得た後は「今からどうするか」「自分はどうしたいか」が大切になってくるのだと感じています。
そして、やっぱり大切なことは　**「人生に失敗はない、やり直しと学びがあるだけ」**です。

その人の輝きは皆素晴らしい。その人のいいところを見つめよう。
どんな事柄、現象、行動にも、全ての行動には、肯定的意味があるのです。

次に大切なことはどんな時もフレームを変えて見る、きく、感じることが大切です。

情報からいつもの価値観、パターンをかえるのです。そして、同じ行った事象に違う、新しいフレームで考えるのです。フレーム（枠組み、フィルター、色メガネ）をいったんはずして、事象だけを取り出して、フレームを付け足すこと、これがまさしく「リ・フレーム」です。

もちろん、どんな考えを採用するかは、自分で考えることが大切ですが、少なくとも、いつもの思い込みには陥らずにすみますし、違う視点が見えてきて、違う声が聞こえてきて、違う感じ方ができます。

人と人の間には必ず、あるパターンがあります。そのパターンを破る時、私たちは相手に「点」を打って、自分に「マル」をうちがちです。「あなたが反発するから点、私が怒る　マル○」となるわけです。

これを出来るだけ、自分に「点」を打って、相手に「マル」を持っていく考え方をしていただきたいのです。つまり、「私が怒るから点、あなたは反発するマル○」となります。

区切りのつけ方で、同じ行動でも意味付けが変わってきます。句読点次第で良いようにも、悪いようにも変わってきます。
自分に句読点を持ってくると、自分の行動ですから、自分が変わればなんとかなるかなと思えてきます。
時と場合によっては「悪いのは誰」と責任の所在をはっきりさせなければいけない時もありますが、その必要性がわかっていて責任者（誰が悪いときめること）を作ることは仕方ありませんが、自分勝手な句読点の打ち方でいつも考えるのは改めたいものです。と、同時に、いつも自分はどこに、句読点を置くタイプのパターンであるか知っていることが大切です。

次に、大切なことは「**私メッセージ**」です。あなたメッセージは相手の態度を批判する言い方
私メッセージとは、あなたの行動を批判するのではなく、その時感じた自分の感情だけ伝えること

あなたメッセージ　→　私メッセージ
何でテレビの音を大きくするの→いま頭痛がしていてテレビの音が小さいと嬉しいな
どうしてそんな言い方をするの→その言い方を聞くと悲しいよ。

あなたメッセージは即効性があります。効き目は大です。そして、その分、その人はどうするかというと、言う人の前だけでするようになり、我慢するので、怒りが溜まり、最後にはきれるしかありません。
それに比べて私メッセージには即効性はありません。時間がかかります。しかし、１枚の紙を積みあげたらいつか、頂点に達するように、必ず良いほうに向かいます。

相手との関係を築くのに、その期間かかったのだから、同じ期間かかるというくらいでちょうどいい、気長に続けてください。またその言うタイミングですが、行動療法でのタイミングを使った言い方をするといいですね。『心理学』の中の行動療法の反応と刺激で行動を見ていくオペラント法を使ったタイミングです。行動療法には原理原則があります。それは、「プラスの行動があったときはプラスの刺激を与えて、マイナスの行動があった時は、マイナスの刺激を与える」というとても、単純なものです。

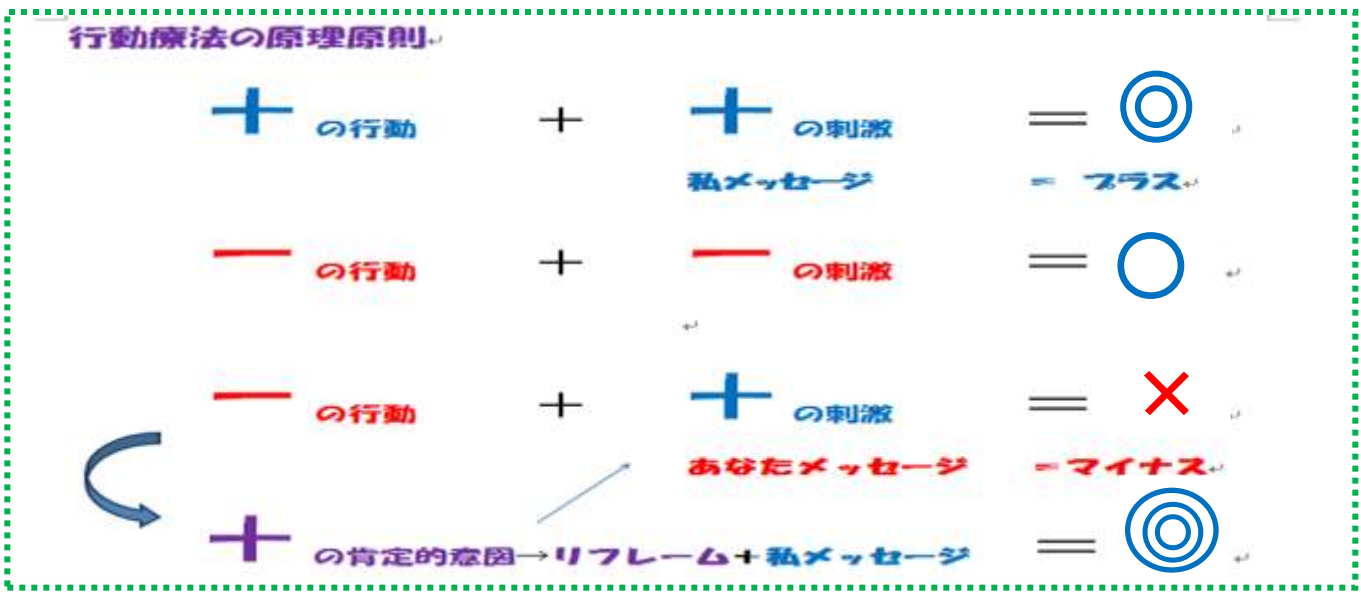
プラスの刺激とは、注目する、誉めること、スキンシップ、微笑む、言葉をかける、マイナスの刺激とは、無視すること、叱る、拒否、にらむなどです。しかし、私がこの原理原則を知った時は、まさに、「目からうろこ」こんなアカデミックな研究で、こんなことが立証されていたのかと感動したのです。簡単ですが、これがなかなか、私達大人は、相手に対して出来ていないのです。

プラスの行動があったときはプラスの刺激を与えて、マイナスの行動があった時は、マイナスの刺激を与える、(つまり何も反応しない)これは原理原則ですが、では、マイナスの行動の時は何もしなくていいかというとそれでは教育になりませんね。だからこそ、他人の行動の一見悪いと思える点にも、「リ・フレーム」をして、肯定的意味を見出し、そこに注目するのです。

そうすれば、プラスの行動の時も、マイナスの行動の時も、良い点に注目して、プラスの強化刺激を与えることができるのです。
そうすれば、どんな時にも、かかわる、注目する、即ち、コミュニケーションを取ることができるのです。

今まで、私がこんなに頑張っているのに、人が相手が変わらないと思っていた方も多かったことでしょう。プラスと思っていたことがプラスではなかっただけなのですね。これから、努力の仕方が変わってくると思います。
すべては、刺激のあり方と反応によって決まってくるのです。これが行動療法のオペラント法です。
人への思いを「リ・フレーム」し、人への言い方を相手の行動を批判するのではなく、私の感情で伝える「私メッセージ」でいい、行動療法のタイミングで言えることができるようになったら、人は切れにくくなります。これだけで人間関係は変わってきます。そしてどんなマイナスな点にも肯定的意味を見出して、太陽のような、元気になる言葉をかけるのです。そうすれば、相手がマイナスの時も、プラスの時も言葉を交わすこと、コミュニケーションがとれるのです。

こんな言葉かけを冬休み中心掛けて頂ければ、きっと、幸せな年末年始が遅れるのではないかと思います。



冬休みを楽しく過ごす為に

今学期もありがとうございました。来年も子ども達のために、保護者の方と心をひとつにして共に頑張りましょう。子どもたちの成長を共に楽しみましょう。
このゆりの樹幼稚園でであった人とのご縁に感謝しながら・・・・
ご家族おそろいで良いお年をお迎え下さるようにお祈り致します。今年もゆりの樹幼稚園に対するご支援、ご協力本当にありがとうございました。

１２月２０日（水）から冬休みに入ります。お正月は望ましい心構えや態度、習慣を作る絶好の機会でもありますから、このチャンスを充分に生かしたいものです。
そこで次のことは特に留意されて、有意義な冬休みを送れるように、ご配慮いただきたいと思います。

★寒冷に対する配慮★

寒さの為に室内遊びが多くなり、その結果、運動不足になりがちです。
少しずつボール遊びやなわとびなど、戸外で遊ばせるようにしましょう。
園で励行している手洗いうがい、薄着の習慣も続けましょう。

★規則正しい生活★

年末年始はお酒を飲む機会も多く、大人の生活習慣が乱れがちです。それにつられて、子どもが犠牲になることは慎みたいものです。

１、早寝早起きの習慣を心がける

特に、冬期の夜更かしに気を付け、後期後半に影響が出ないようにしましょう。

２、テレビの視聴時間を決めましょう。

◎昼間は体を動かす運動をさせましょう。
昼の間、体を動かしていれば夜は自然と早く眠くなって、遅くまでテレビは見ません。
出来るだけ子どもと一緒になって遊びましょう。

◎見る時間帯を決めましょう。
「ながらテレビ」が多いので、生活のけじめをつけ、見たい番組を選ばせましょう。
◎テレビを見ない時間の楽しさを覚えさせましょう。
いつでもテレビと一緒では集中して取り組む力がついてきません。

『テレビの上手な見方』
・見たい番組が終わったらこまめにテレビを切る。
・家族で話し合って見たい番組の一週間分を決める。

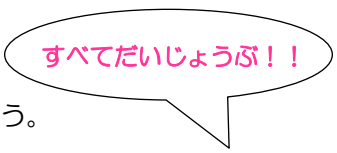
３、暴飲、暴食に気を付けましょう。

食事時間、おやつ時間を決め、だらだらと食べ続けない。

４、無理のないスケジュール

旅行なども、子どもの体のことを考えて、無理のないスケジュールを組んで、生活を乱さないようにしましょう。

５、望ましい家庭環境の励行



・身近な生活の中から、仕事を選んで手伝いをさせ、家族の一員として協力させましょう。
将来の社会人としての勤労を学び、額に汗して働ける態度の芽生えを培いましょう。
・子どもがやれる事を『手伝い』としてではなく、『仕事』として課することは、家族の一員としての自覚を高めてくれます。
・年末と正月は家族以外の大人と接する機会が多くなります。子どもなりの挨拶、礼儀作法や、人との交わり、関わり方等をこの機会にしっかり指導しましょう。

★お正月遊びをしましょう★

年末からお正月にかけて行われる日本古来の伝統的遊び（すごろく・かきぞめ・かるた・はねつき・福笑い・トランプ・こままわし）などを通して、子どもの心情を育てるようにしましょう。

かるた《文字習得の機会》、すごろくやトランプ《数の基本的な概念を習得する機会》等は、教育的側面から考えても、とても良い刺激となりうる遊びです。遊びながら学習することが、幼児期の理解構造であることを大切にしましょう。

そうする事により、情緒も安定し、手先が器用になったり、文字、数、言葉への関心も高まります。

★お年玉・おこづかい・おもちゃ等のプレゼントについて★

親戚の方からお年玉を頂いたりして、普段より、お金に関心を持つ機会が多くなります。

無駄遣いをしないように親子で話し合った上、各家庭の方針によって適切な配慮をしましょう。

1.物を与えすぎない様にしましょう。一つのおもちゃでじっくり遊ぶ経験をしないと、遊びを楽しむより要求することに 喜びを持つようになります。

2.我慢すること、どこで節約しないといけないか等、体験的に学ばせましょう。

3.お正月や誕生日など決めて、いつも買わないようにしましょう。

4.お年玉は親が管理しましょう。必要な時はよく相談にのってあげてください。

5.何でもお金では済まさない様にしましょう。お金や物より、心のこもった言葉をあげましょう。

★年末の事故防止について★

年末年始は新聞、テレビなどのニュースで交通事故や誘拐事件が数多く報道されます。十分気をつけましょう。

1.電線のある所でたこあげをしない。子どもだけでしない様にしましょう。

2.交通ルールを守りましょう。

3.誘拐されないように、子どもと話し合いをしておきましょう。

4.行き先を必ず確かめましょう。

5.夕方５時前には家に来ている子どもを自宅へ帰しましょう。

6.保護者同士の連絡、挨拶を密にしておきましょう。

7.自転車で遊ぶ子ども等は、親の予想に反して遠出している実態を知っておきましょう。

★年賀状のことについて★

例年のとおりですが、園のお友達全員に年賀状が届きます。

園児宛ですので、喪に服しておられる方にも出させて頂いております。

何卒ご承知下さいますよう宜しくお願い致します。

★幼稚園での「火の用心の合言葉」と
サンタクロースさんとのお約束です。
ご家庭でもご確認くださいね。

★火の用心の合言葉★

『おはしもち』

お・・・おさない
は・・・はしらない
し・・・しゃべらない
も・・・もどらない
ち・・・ちかづかない

★サンタクロースさんとのお約束★

①好ききらいをしません
②手洗い・うがいをします
③ものを大切にします
④人にやさしくします
⑤知らない人についていきません

ご家庭での温かさと本園の教育の中で、子ども達はそれぞれに豊かな成長をとげてくれました。あの「雪折れしないという柳」のように、強くしなやかに育てと願いながら、今年もあとわずか、子ども達が残り少ない日々を充実して過ごしてくれる事を願っています

★遊びの取り組みについてのお願い(おもちゃの遊び方、取り扱いについて)★

クリスマスプレゼント、お年玉などでおもちゃと触れる機会が多いこの時期に再度、園やご家庭でのおもちゃに対する取り組みについて、お知らせ致します。ご家庭での遊び方についても、考えてみる機会にして下さいね。

1、おもちゃで子どもたちを遊ばせる時は、子どもから、目を離さないこと

理由は、遊びはじめから、片づけまで全てが遊びの一環であると考えるからです。本園では子ども達が主体的に生活し、主体的に遊び、主体的に考えるための、教育的な物的、空間的、心理的環境について考えて援助したいと考えています。その為に最終的に必要なことは、ハードウエアを整えた上でのソフトウエアです。遊ぶ為には、同時にものを大切にする心、気持ちよさを体感するための、心の安定を図る事が大切です。ものを大切にしなければならない、片付けなければならないではなく、子ども自身が気持ちいいということをイメージし、片付ける事が次の活動への期待感を持ち、片付けるという事が本当に大切な場である事を体感する事が大切です。

子どもは心が不安定になると片付ける事が出来ません。日ごろからの言葉かけが大切で、**良い行動に焦点をあてる、ほめて認めてあげる言葉かけ、相手の行動を切れさせないで、自ら進んでやろうという気持ちを芽生えさせる私メッセージ（愛メッセージ）を使いながら、子どもの感情に訴えかけ、具体的な行動を導いていく必要**があります。

この時に大切なことは、遊びを充実させ、子ども達が、どの程度、十分に遊びこんでいるか見極める事が大切です。遊びと片付けの区切りをつけるには、境目が大切です。その為には、子どもの活動を十分に見ていないとこの見極めが出来ません。子ども同士の育ちをどう援助するか、遊びの連続をどう見極めるかも大切です。だから、目を離さないで見ていてほしいのです。

また、片付けのタイミングを逸するからです。見ていないと、遊びの流れがわからないので、言葉かけが不足し、物に対する思いやりの心も育ちません。そして子どもが、遊んだ後に保護者が勝手に片付けたのでは、遊びの流れがわかりませんので、正しい片付け方がわかりません。部品がなくなっていることにさえ気がつく事が出来ません。

表面的、機械的な片付けではなく、子どもの心が動く援助が必要です。ものを大切にし、片付けるという心が育つように、幼稚園では、年齢や発達に応じての仲間や教師との信頼感関係を育みながら、片付けの必要性をどのように自らが、気づいていくか、失敗を重ねながら、自ら気づいていくことの大切さを育てています。始まりから片付けまでが遊びの一環として、指導しています。

ということは、自分が片付けられないような難解なおもちゃには手が出せないのです。そういう事も自らの遊びの中で、自分で判断出来るようになり自ら学んでいくのです。でも保護者の元で遊んでいると、自分の限界以上のおもちゃであることに気づかずに遊んで、後は保護者の方に片付けてもらうでは、困った時におきた状況にも対処できないし、自らもやり方がわかるようになり、その必要性を考え、気持ちよく生活できるようになるための学びの場を奪ってしまうことになります。その過程を見守る事が必要です。だから、目を離さないで頂きたいのです。

2、大人がモデルになることの大切さを知りましょう。

遊びたい、片付けたいという心が動いていく内的支援が大切です。日本の土地事情を反映して何かするには片付けなくてはならないという習慣としての片付けは子どもの問題ばかりではなく、大人も含めての一生の課題です。楽しんでする。知らず知らずのうちに出来るようになるという事が大切な一方で、気がつけば、片付いていたでは片付けの意識は芽生えないのです。楽しんでする環境を作りながら、子どもが自分の気持ちに折り合いを付けて、葛藤を持ちながら、受け入れていく事を支えていく事が大人の役目です。

片付けるという視点ではなく自分の思いを整理するという視点でとらえてあげることです。その為には「今、この子に何を育てたいのか」という目的をはっきりし、こうしてねという事を、きちんと伝えて（ただし私メッセージを使いながら、子どもの感情に訴えかけ、具体的に言い、相手の感情を切れさせないこと）、相手にきちんと求める事も大切です。毅然として接する、今の時代この事が少し欠けてきているような気がします。

その為には、大人と子ども、園と家庭の姿を地続きにする事が大切です。園で学んだことの姿勢が崩れないようにもご配慮下さい。大人は子どもの一番のモデリングです。子どもと遊び、子どもと共に考え、片付けを楽しむ姿勢が大切です。冬の大掃除も近づいてきました。今一度、考えてみる機会にしていただけると幸いです。

♪♪♪お知らせ♪♪♪

1、宝石箱について
先日、宝石箱ファイルをお持たせしております。中に挟んでいる冬休み分の宝石箱用紙にご家庭での宝石のような言葉を保護者の方で綴って、後期後半始園式にお持たせ下さい。楽しみに致しております。
※１～3月のお誕生日のお友だちにはバースデーメッセージを挟んでおりますので、ご覧下さい。

2、登園について
新学期になると風邪でお休みの方も増えてまいります。集団の場であることを考えて頂き、ごほうびシールを目指しての無理な登園は控えて頂く様に宜しくお願い致します。又、病気の場合の出欠は、医師の判断を仰ぎ、園児ではなく保護者の責任において判断して頂くようにお願いします。

3、衣装作りや着付けの練習のための園開放について
衣装作りの為の園開放をご利用になられる方は、必ず前日迄に担任にご一報下さい。来園、降園の際は必ず、先生の部屋に声をかけて下さい。作業中の針の取り扱い・始末には十分気を付けて頂きますようにお願い致します。お掃除・戸締りをしていただくこと、園児・きょうだい児さんの怪我のないようにご協力下さい。

4、インフルエンザの流行に備えて
うがい、手洗いの徹底をご家庭でもよろしくお願いします。また、新聞や市の広報にも目を通していただき、早めの情報収集で、蔓延することを防ぐご協力よろしくお願いします。

5、さくらんぼ・いちご組、年少組、年中組さんへお願い
①新年度、学用品ついて
現年中、少、さくらんぼ・いちご組は、新学期用品を３月の参観日にお渡し致しますので、ご協力宜しくお願い致します。詳しくは年明けにお知らせ致しますので宜しくお願い致します。
②新年度、園納金について
平成３０年度園納金は在園生につきましては平成２９年度と同額です。吉塚ゆりの樹幼稚園は、平成１６年度から、園納金は大学組織とおなじ「スライド制」―「入園期に提示された金額で卒園まで同じ金額で推移するシステム」を取り入れていますので、年少組入園時から卒園まで、金額は同じです。
さくらんぼ・いちご組さんから年少組への金額のみ変わります。本日、お知らせの通りです。
③園納金未納の方へ
年末になりましたので、園納金未納の方は、１２月１９日までに、必ずご納金下さい。３か月以上未納の方は、１月からの登園をご遠慮頂く事もございますので、ご了承の上、何卒早めに納金を宜しくお願い致します。

6、年賀状について
年賀状が園長より届きます。尚、園児あてですので、喪に服しておられる家庭にも、お出しします。
何卒ご了承下さい。

7、冬休み中にお誕生日を迎えるお友だちの保護者の方へ
１２月３１日までにお誕生日を迎えるお友だちの園長先生からの言葉かけは、１４日（木）、１８日（月）にさせて頂きました。１月１日以降のお誕生日のお友だちは始園してからお言葉かけをさせて頂きます。
素敵なお誕生日をお過ごしください。

8、その他のお願い
①園児の持ち物（特にジャンパーや靴）に記名をお願いします。記名のないものの紛失に関しては、園で対応できかねますので、ご理解とご協力をお願い致します。カチューシャや耳当ても、園でお預かりしかねます。破損・紛失・怪我等で園児が悲しい気持ちにならないようお家でお声掛けして頂けますと助かります。
年明けよりご協力ください。
②園の職員の規則として、「個人的なもらいものはしない。もし頂き物があったら全員に報告する。
誕生会、食事会、同窓会、パーティー、スポーツ、ラインやフェイスブックなどのお誘いもお断りする。
在園中、卒園後に関わらず、在職中はもちろん退職後も参加しない。」としております。お歳暮の季節になっておりますが、個人的な進物はご遠慮頂きますように宜しくお願い致します。

9、提出物について
大切なお手紙や写真類はすべてバインダーでお持ち帰りしております。バインダーのお持たせがない方には、お手紙等をお持たせできない場合もあります。尚、宝石箱ファイルやぞうさんバックについても必ずお持たせください。ご協力よろしくお願い致します。

10、カレンダーについて
先日、２０１８年のゆりの樹幼稚園オリジナルカレンダーをお持ち帰りしております。真ん中の自由にお絵かきをされてください。