



9月の月間目標



じぶんのことはじぶんでしよう!

～身の回りの整理整頓など、自分でしようとする気持ちを大切に、自立心を育みましょう～

家にいるとき、子どもはどれくらい自分のことを自分でしていますか。少し時間をかければできることも、大人にしてもらったり、大人がしてしまったりすることはありませんか。

身の回りのことを自分ですることは、子どもが自立するための第一歩です。幼児期、児童期、思春期でできることは違いますが、年齢や発達に合わせて、自分のことは自分でする習慣をつけていきましょう。

幼児期の子ども

自分で何でもしたがる時期です。子どもが自分でしようとしたら、最初は親が手伝いながらやり方を教え、少しずつ手伝いを減らしていきましょう。できたことは褒めて、達成感や満足感を味わわせましょう。

例えばこんなこと
できるかな



- 使ったおもちゃや、読んだ絵本などを片付ける。
- 着替えを一人でする。
- 脱いだ服を自分でたたむ。
- おうちの人と一緒に幼稚園や保育所などに行く準備をする。



児童期の子ども

自分のこと以外にも、お手伝いなどを通して、家族の役に立つ喜びを味わわせましょう。役に立つことで自己有用感が育まれます。親は、見守りながら、手伝いが必要なときは手を貸しましょう。



- 朝は自分で起きる。
- 身の回りの整理整頓をする。
- 学校に行く準備を自分でする。
- おうちの人と相談して「お手伝い」を決めてする。



思春期の子ども

第二反抗期が始まり、親に依存していた子どもが自立しようとする時期です。自分のことはできるだけ自分で決めさせ、やらせ、親は見守りながら、時に必要なアドバイスをしましょう。子どもが、自分でしようとしているときは、がんばりを認めましょう。



- 毎日の時間の使い方を自分で考える。
- ゲームやスマートフォンなどの使い方を、家族と相談して決める。
- 家のことを何か一つ自分の仕事としてする。



子どもが自分のことを自分でしようとするとき、初めはうまくできなくて、今まで手を貸してきた周りの大人は少し歯がゆいかもしれません。しかしこのとき、子どもの「自分でしよう」とする意欲を認め、大人は少しずつ手を貸すことを減らし、見守るようにしましょう。子どもは、失敗と成功を繰り返しながら、自分で考え工夫することを学びます。子どもは、自分でできた達成感を味わうと、次も自分でやってみようと思うようになります。やがて、それは、身辺的な自立へとつながっていきます。

子どもの将来の自立のために、大人は、できるだけ子どもの力を信頼し、勇気づけ、そして適度な距離から見守りたいものです。

