

ペアレント・トレーニング

(株) エスエムディ
2024. 1月

だんだんと寒さが増していくなか、みなさん元気にお過ごしでしょうか。
今年も一日一日の成長を大切に過ごしていきたいと思います。

さて、今回のテーマは・・・

『お片付け』について、一緒に考えていきたいと思います。

家庭でのあるあるとして、
「出かける時間なのにお片付けできていない！」
「片付けてと言ったのにまだ遊んでいる！」
「目を離すといつの間にか足の踏み場もないほど散らかっている！」
などがあると思います。



原因としては

- ①片付け方が分かっていない（どこに何を片付ければよいか分からない）
- ②テレビなど他のことに気を取られて片付けに集中できない
- ③散らかりすぎていて、子どもができるキャパシティを超えている
- ④まだ遊んでいたい

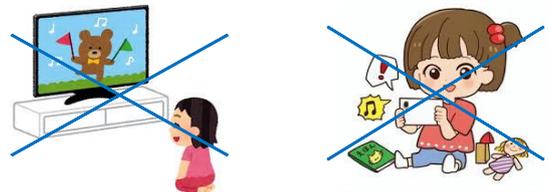
解決法

- ①大人が手本を見せて一緒に片付け、直す場所を教えていく

朝起きた時、外から帰ってきた時などの片付いている状態を普段から見せるようにし、片付ける＝元の状態に戻すということを理解できるようにする。



- ②片付けの時にはテレビを消し、スマホなども視界からなくしておく



- ③「ブロックと絵本はお願いね」など子どもと分担して一緒に片付け、これからは自分で片づけられる分だけ出して遊ぶようにお話する。



- ④片付けたら次何をするかを先に伝え、納得できると片付けることができる

「〇〇に出かけるから片付けるよ」
「片付けたらおやつにするよ」
「寝る時間だからお片付けするよ、片付けたら絵本読むね」



その子の性格、特性、その時の気分などによって他にも様々な原因が考えられます。

散らかっている状態を見ていきなり声を荒げてしまうのではなく、まず原因を探ってあげてくださいね。

原因によって対処法も変わりますので子どもの様子を見守りながら一緒に考えていきましょう！

おうちで困っていることがあれば、いつでもお話して下さいね(^^)