

ペアレント・トレーニング

(株) エスエムディ

2025. 12月

寒さが本格的になり、いよいよ今年も残りわずかとなりました。

施設では、子どもたちが寒さに負けず、元気に活動する姿に私たちスタッフもパワーをもらっています。保護者の皆様には、今年も多大なるご理解とご協力をいただき、心より感謝申し上げます。

さて、今回のテーマは・・・『あいさつ』について、一緒に考えていきたいと思います。

「あいさつ」は、心と心をつなぐプレゼント

あいさつは、社会生活のルールである以上に、「人と関わるための第一歩」です。

大切なのは、「言わせる」ことではなく、「あいさつをすると、相手が笑顔になるんだね」「自分もなんだか気持ちいいな」という、コミュニケーションの楽しさを人と共有すること。

あいさつは無理にさせるものではなく、

「この人なら大丈夫」という安心感と、温かい関係性の中で、自然に育っていく行動です。

まずは、お子様が「あいさつ＝楽しい・安心」と感じられる環境を整えていきましょう。

いきなり言葉で言えなくても大丈夫。まずは「ペコリとお辞儀（会釈）ができれば100点満点！」。

そんなスモールステップから、お子様のペースで「心のキャッチボール」を始めてみませんか？



年末年始に「あいさつ」の練習をしてみませんか？



年末年始は、親戚に会ったり、お店の人と接したりと、普段より「あいさつ」の機会が増える時期ですね。この機会を「練習のチャンス」と捉えてみましょう。

◆お手本を見せるだけでOK！



まずは、お父さん・お母さんが楽しそうに「おめでとう！」「ありがとう！」と言っている姿をたくさん見せてあげてください。お子様はそれを見ているだけで、しっかり学んでいます。

◆「言葉」にこだわらない



「あけましておめでとう」は少し長い言葉です。声が出なくても、にっこり笑ったり、頭を下げたり、手を振ったりできれば、それは立派なあいさつです。



◆「あとで褒める」も効果的



その場で言えなくても、後から「さっき、おじいちゃんの目を見られたね」「静かに待ててかっこよかったよ」と、小さな頑張りを見つけて伝えてあげてください。

その自信が、次の「おはよう」に繋がります。

※挨拶は「完璧」じゃなくていい！

「挨拶しなさい！」と言えば言うほど、お子さまはプレッシャーで固まってしまうことがあります。まずは「挨拶＝相手にニコニコする時間」という楽しいイメージを育てましょう♪

