



# 園だより。

## ～きづき～

キ3園 第90号

2026年1月号

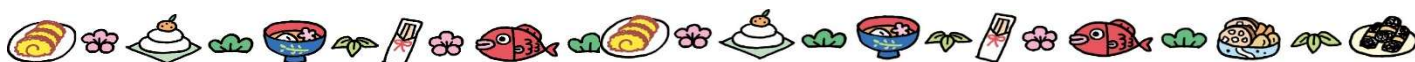
キッドワールドサード保育園

園長 是永 妃富

あけましておめでとうございます。

新しい1年が子どもたちと保護者の皆様にとって幸多き年となりますよう、お祈り申し上げます。本園もどうぞよろしくお願いいたします。

さて、今年度も残すところ3ヶ月です。きまりよい生活習慣を少しずつ身につけ、友達と関わり、元気に進級できるようにしていきたいと思います。サンタさんが届けてくれたおもちゃが園庭には、いっぱいあります。寒さに負けず戸外遊びをして体力つくりに行きます。



9日(金) 身体計測

15日(木) 健康診断

26日(火) 避難訓練



お弁当日は1月24日(土)です



サンタさんからのプレゼントは手押し車・ボール・パズル・砂場セットでした！！

お知らせ・お願い

- ・1/5 より通常保育を行います。
- ・3/14、発表会ごっこ&修了式を行います。保護者のご参観をお願い致します。(後日お手紙を出します)
- ・インフルエンザ、コロナ感染症、ノロウイルスなどが流行しています。登園時、気になることがあれば、職員に伝えてください。手洗いなどで予防しましょう。
- ・新年度の決定通知は、2月初旬に届く予定ですので、それまでお待ち下さい。
- ・1日保育士の希望者を受け付けています。担任に声掛けしてください。日程調整をします。

### 12月の子どもの姿

・12月は気温も高い日があり、大分杜や片島児童公園へ行きました。歩くのが上手になって来ました。

園庭では、クリスマスプレゼントがみんなで使える手押し車、我先に乗りたけれど、そこは我慢して順番を待って乗っています。ボールや、砂場セットも増え大喜びしています。



キッドワールド



## キッドエッセイ 75 牧野桂一先生

### ⑨ ポジティブな言葉かけをする

前回までに都合で紹介しきれなかった「⑨ボディティブな言葉かけをする」の項目以下の内容について、今回も順次紹介していきたいと思います。最初は、⑨番目になる「ポジティブな言葉かけをする」からはじめて行きたいと思います。

#### ポジティブな言葉かけ

ここでの「ポジティブな言葉かけ」というのは、言い換えると「肯定的な言葉かけ」ということです。つまり、子どもを否定しないで受け止めるような言葉かけをすることです。

ポジティブな言葉は、魔法のような言葉と言われほどに子どもの受け止めを変えてしまいます。ポジティブな言葉かけをされると子どもの心は温かくなり、お互いの人間関係も深まります。

#### ①子どもの自信の育成

具体的なポジティブな言葉かけとして「すごいね!」「よく頑張ったね!」といった言葉がありますが、そうすると言われた子どもは、自分に自信もつようになります。特に子どもにとって、親や先生など周りの大人からのポジティブな言葉かけは、自分が自分自身を信じる力を強くする大切なエネルギーになります。

#### ②子どもとの良好な人間関係の構築

また、子どもとの日々の肯定的な言葉かけを通したコミュニケーションは、人間同士の良好な関わり方を学びます。ポジティブな言葉かけとしての褒め言葉や感謝の言葉は、子どもと周りの大人との心の距離をぐっと縮めます。「ありがとう」「助かったよ」というような肯定的な言葉をかけると子どもは「自分の存在が周りの大人に認められている」と感じ、より良い人間関係を築くことができるのです。そして、ここで育った相手の気持ちを理解する力は共感力を育成し、安心して頼れる存在としての信頼関係の構築することにも繋がり、家族や友人との温かい人間関係を築く土台となります。

#### ③精神的な安定

さらに、子どもへの肯定的な声かけで、子どもが安心感を得ることで、心の安定が育まれます。同時に困難を乗り越えるストレスへの耐性や気持ちを落ち着かせる感情のコントロールもできるようになります。このような「大丈夫だよ」「いつでも味方だよ」という肯定的な言葉は、子どもの心の大きな拠り所になります。

#### ④子どものやる気のアップ

一方、「すごいよ」「上手くなったね」「早くなったね」というようなポジティブな言葉は、子どものやる気を引き出し、エネルギーを燃え立たせる効果もあります。

#### ネガティブな言葉かけ

逆に「ネガティブな言葉かけ」は、子どもの心に深い影を落とすことがあります。

「どうせできない」「あなたには無理」「あなたはダメ」というように否定的な声かけをすると、子どもは「自分は価値がない人間」という気持ちになり、自分に自信がもてなくなり、自分を信じることができなく、新しいことへの挑戦意欲を喪失して自尊感情を低め、子どもの可能性を摘んでしまいます。

このように子どもを否定するようなネガティブな言葉かけは、常に子どもを緊張状態に陥れストレスを高めるとともに、感情を抑制して自分の気持ちを表現しなくなってしまいます。そして、子どもの心を不安にさせ、心のバランスを崩してしまうのです。

そのような中で、子どもは、「自分は愛されていない」と感じ、人間関係に悪い影響が出てきてしまいます。また、ネガティブな言葉かけは、言葉への抵抗から反抗的な態度を取り、子どもの行動にもさまざまな問題がみられるようになります。

## ポジティブな言葉かけができるようになるための具体的な取組

これまで説明してきましたポジティブな言葉かけのための4つの方法を紹介します。

### ① 観察の視点を変える「リフレーミング」

ポジティブな言葉かけをするためには、まず「捉え方」を変える必要があります。短所を長所に言い換えるということです。例えば、「飽きっぽい」ということは、→「好奇心が旺盛で、頭の切り替えが早い」というように言い換えられます。

「頑固」というのは、→「自分をしっかり持っている、意志が強い」と言い換えられます。そして、「臆病」というのは、→「慎重」「リスク管理ができる、思慮深い」と言い換えるのです。また、「当たり前」のことを「ごく普通」のことを「ありがたい」というように深く受け止めるのです。日常のちょっとしたことでも「靴が揃っている」ということに気づいて褒めてあげるのです。「時間通りに来た」時にも、きちんと時間に遅れないで来ることができたというように評価してあげるのです。「挨拶を返してくれた」時にも、立派に習慣ができているというように特別に受け止め挨拶ができたことを喜び褒めてあげるのです。これらのことを「できて当然」と思わず、「きちんとやれるようになって嬉しい」と捉えられるようにするのです。

### ② 言葉のバリエーションを増やす

「すごいね」「いいね」以外にも、相手の心に響く言葉のレパートリーを持っておくと子どもとのかかわりが深くなります。

- ・存在の承認・・・「あなたがいてくれて助かるよ」「いつも見てるよ」
- ・過程の賞賛・・・「頑張ってきたのを知ってるよ」「その工夫がいいね」
- ・感謝の伝達・・・「～してくれてありがとう」「助かったよ」
- ・感情の共有・・・「私も嬉しいよ」「ワクワクするね」

などです。

### ③ 心理学的に効果の高い「伝え方」のテクニック

同じ内容でも、伝え方ひとつで相手の受け取り方は大きく変わります。

- ・「私メッセージ (I (アイ) メッセージ)」で伝える・・・「(あなたは)すごいね」という評価ではなく、「(私は)あなたが～してくれて嬉しい」と自分の感情を伝えます。そうすると相手にプレッシャーを与えず、素直に喜びが伝わります。
- ・「具体化」して分かり易く褒める・・・「全部よかった」というよりも「手を繋いでくれてとても嬉しかった」と、ピンポイントで具体的に伝えると、お世辞ではなく本音として伝わります。
- ・第3者経由で伝える（ウィンザー効果）・・・直接言うのが照れくさい場合、「〇〇さんが、あなたのことを褒めてたよ」と伝えると、直接言われるよりも信憑性が増し、喜びが倍増します。

### ④ 自分自身へのポジティブ・セルフトーク

他人への言葉かけを増やす近道は、自分自身に優しい言葉をかけることです。

- ・「できたこと」に目を向ける・・・一日の終わりに、どんなに小さくても良いので「今日できたこと」を3つ書き出してみます（スリーグッドシングス）。
- ・失敗を「学び」と言い換える・・・「最悪だ」ではなく「いい経験になった」「次はこうしよう」と自分に声をかけるのです。

今回もまた、紙面の都合で紹介しようと思っていた項目を全て紹介することはできませんでしたので、次回に、  
⑩よく褒めて励ます ⑪一人一人の違いに応じた対応をする ⑫子どものしていることに驚きを持つ ⑬あるがまますを受け入れる ⑭明るくてほほ笑みの多い保育者 ⑮ユーモアに富んだ保育者 ⑯子どもの名前を呼んであげる ⑰人として美しくなどについて紹介していきたいと思います。

