



# ゆうゆう通信



第344号

## 今月の目標

ぜんじょうじゃくじょう

### 「禅定寂静」

落ち着いた生活態度を  
養いましょう。



暦の上ではもうすぐ立春、春が近づいています。まだまだ厳しい寒さが続いておりますが、子どもたちは宿題をすませ、おやつを食べ終わると外へ飛び出していきます。みんなで鬼ごっこをしたり縄跳びの練習で寒さを吹き飛ばしたりしています。子ども達の元気をもらって、大人も寒さに負けず元気に冬を乗り切りたいと思います。

なかなか感染症の流行が治まりません。ご家庭での体調管理も  
よろしくお願い致します。



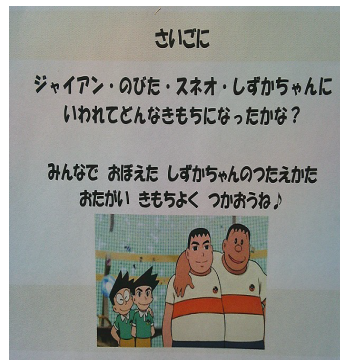
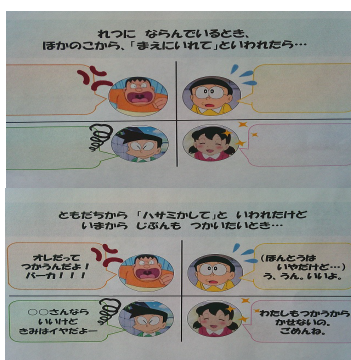
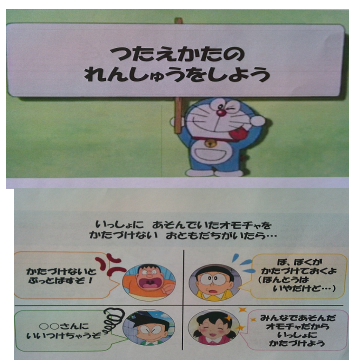
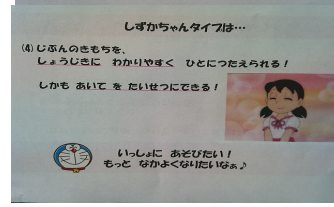
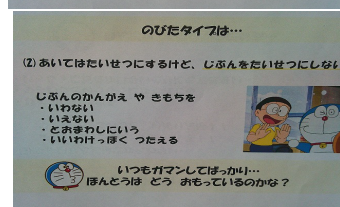
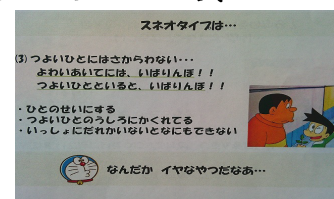
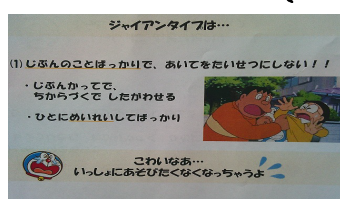
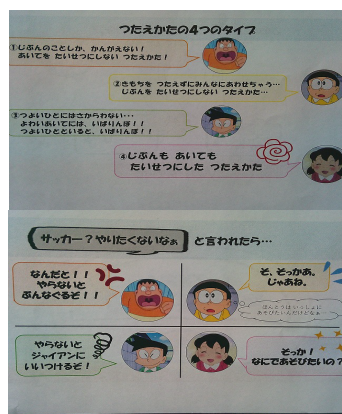
## \*上手に気持ちをつたえよう「アサーショントレーニング」

児童家庭支援センターの先生による「アサーショントレーニング」を実施しました。  
アサーショントレーニングとは、「自分も相手も大切にしたい自己表現」を鍛える方法で、コミュニケーションスキルの向上に役立ちます。自分の気持ちと相手の気持ちを大切にすることがコミュニケーション手法です。たとえば、低学年では仲良しのお友だちにやりたい遊びを断られると「〇〇ちゃんが一緒に遊んでくれない」と訴えてきたり、違う遊びをしたいのにやめさせてくれないなど、普段の遊びの中でも不満の声が聞かれます。そんなときに上手に自分の気持ちを伝えられたら、ストレスの少ない良好なかかわりができるようになると思います。今回は、低学年対象と高学年対象の2回に分けてお願いしました。低学年は、遊びの誘い方、おもちゃの片付けの場面、物を借りるとき、順番を待っているときなど、色々な場面を想定した言葉のかけ方や断り方などを考えることができました。

高学年は子ども同士の関係だけでなく、社会の中での適切な言葉の使い方についてのトレーニングを2月に行う予定です。



## \*低学年のドラえもんキャラクターによる伝え方のコツを紹介いたします。



\* お家でも家族団らんの時などに  
ゆっくりお子さんの気持ちを聞いて  
あげる機会になるといいですね。

