



体罰・暴言に頼らない コミュニケーションを

子育ては思い通りにいかないもの。言うことを聞いてくれない子どもについイライラして、たたいたり怒鳴ったりしたくなることもあるでしょう。愛の鞭のつもりでも、体罰・暴言は、子どもの成長や発達に深刻な影響を及ぼすことが脳科学の研究でわかっています。子どもを健やかに育てるために、暴力に頼らないお子さんとのコミュニケーションを考えてみませんか。

感情的になると、伝えたいことが うまく伝わらないことも

私たちは、他人に対しては、丁寧に接することができても、家族に対しては安心感からか、つい自分の感情をぶつけてしまったり、子どもの将来を心配するあまり、強い口調になったりしがちです。しかし、感情的になってしまうと、伝えたいことが伝わらず、効果がないばかりか、関係も悪くしてしまいます。

「機中八策」^{きちゅうはっさく}®で気持ちに寄り添った コミュニケーションを

市川児童相談所の所長は、子の問題行動を減らし、望ましい行動を増やすための対話術「機中八策」^{きちゅうはっさく}®を考えました。所長が高知から上京する時に、飛行機の中で悶いたコミュニケーションです。この対話術を使うと、暴力に頼らずに、相手の気持ちに寄り添いながら、肯定的な表現でわかりやすく伝えられます。

例えば、子どもが学校から帰ってきた後、まずは宿題をしてほしいのに、テレビを見ている場面で、親はどんな対応をするでしょうか。

子がテレビを見ている最中に「何やってんの。いつもテレビを見るなって言ってるでしょ。今度見てたら承知しないからね」「一週間テレビ禁止するよ。どうしたらいいかわかってんの」「こんなことも分からないの。バカじゃない」などと怒鳴り、後日、子どもが宿題をしていた時には「いつもこうだといいのにね」と嫌みの声掛けをしていませんか。

伝わりにくい例では、①否定形、②怒鳴る・たたく、③嫌み、④脅す、⑤問う・聞く・考えさせる、⑥疑問形、⑦罰を与える、⑧⑨なじるが使われています。8つの頭文字を取って「ひ

どいおとぎばなし」と覚えましょう。

伝わりやすい例では、親は深呼吸して落ち着いてから「テレビ消してくれるかな」と声掛けして待ちます。静かに話ができるようになったら「学校から帰ってきてテレビ見たいよね」などと気持ちに寄り添い「学校から帰ってきたらまず宿題をしてほしいの」と代わりの行動を伝えます。そして「学校から帰ったら何するんだっけ」と聞き、してほしい行動を練習し、約束します。答えられたらほめてください。後日、約束通りに宿題をしているときには「えらいね」と声を掛けてあげましょう。

伝わりやすい例では、⑩ほめる、⑪待つ、⑫練習、⑬代わりにすることを提示する、⑭環境づくり「いちおし」環境（⑮いつも、⑯近づいて、⑰穏やかに、⑱静かな）、⑲約束、⑳気持ちに理解を示す、㉑落ち着くが使われています。8つの頭文字を取って「ほまれかがやきを」と

覚えましょう。子どもにしてほしいことを伝えるときは、気持ちを理解しつつ、わかりやすい言葉で短く伝えます。話しかけるときは、子どもが落ち着くまで待ってから話をしましょう。実際には上手いかなことが多くいかもしれません。しかし、子の健やかな成長のためには「ほまれかがやきを」を心がけることが大切です。

育児で困ったらすぐに相談を

子育てに関する困りごとは、一人で抱え込まず相談してください。子ども相談センターに寄せられる相談は「子どもがかわいく思えない」「子育ての仕方が分からず叱ってばかり」など、さまざまです。

同センターは、市役所2階子ども福祉課内にあり、妊産婦を含む18歳未満のお子さんと家庭に関する相談の総合窓口です。保健師・社会福祉主事・教員の免許を有する相談員などが無

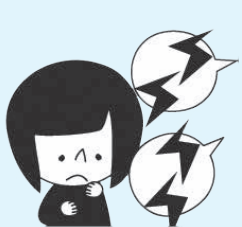
市への虐待相談の約半数は心理的虐待です

子どもの身体や心を傷つける4パターン。これらは心身や経済的な問題、子どもの育てづらさや発達面での悩み、親族や近隣との不仲などの問題が重なって起きています。



■身体的虐待 殴る、つねる、蹴る、たばこの火を押しつける、物を投げつける、引きずりまわす、戸外に長時間放置するなど

■性的虐待 子どもへの性行為を強要する、性的行為を見せる、性器を触る、または触らせる、ポルノ写真の被写体にするなど



■心理的虐待 「死ね」「うるさい」などの言葉による暴力、無視する、兄弟姉妹間などでの差別的扱い、子どもの前でパートナーに対して暴力をふるう、言葉で脅す・怒鳴るなど

■ネグレクト（育児の放棄・怠慢） 家に閉じ込める、食事を与えない、乳幼児を置き去りにする、重病でも病院に連れて行かない、自動車に放置する、不潔のままにさせるなど



行事		日時	場所
ふるさとの歴史展 ゝ伝統文化を守る里 下高野ゝ	12月1日(土) 13時ゝ17時	オーエンス八千代 市民ギャラリー	
	12月2日(日) 9時ゝ16時		
朗読たまゆら発表会	12月2日(日)13時 30分ゝ16時30分	勝田台文化 センターホール	
八千代管楽オーケストラ 定期演奏会	12月9日(日) 14時ゝ16時	市民会館大ホール	
民謡・三味線・津軽三味線・ 舞踊発表会	12月9日(日)10時30分 ゝ17時30分 10時開場	市民会館小ホール	

(文化・スポーツ課)

(文化・スポーツ課)

市民文化祭12月上旬の日程
市ホームページにも掲載しています。2日(日)は交通規制有り(P1参照)。9時～13時頃までは県立八千代広域公園駐車場は混雑するため、公共交通機関を利用してください。

**募集 コミュニティワールドカップサッカーin八千代
のホストファミリー**
12月に開催される「第28回コミュニティワールドカップサッカーin八千代」の間に中学生の韓国人選手のホームステイの受け入れができるホストファミリーを募集します。二人1組での受け入れをお願いします。
依頼内容は、①大会会場への選手の送迎 ②朝晩の食事の用意 ③ユニフォームの洗濯などです。引き受けられる人、興味のある人は、文化・スポーツ課 ☎481-0305 へ。

**募集 介護就職デイベンチング面接会in船橋に
参加を希望する人**
ハローワーク船橋が介護分野の人材確保と雇用の促進を図るため、介護職を希望する求職者を対象に就職面接会を開催。
▼日時 12月1日(土)午後1時30分～4時(受付午後1時～3時)
▼場所 船橋市中央公民館講堂 船橋市本町2-2-15
▼参加事業所 15社程度 ▼問い合わせ ハローワーク船橋第一職業相談部門人材サービスコーナー ☎04(420)8609 部門コード41# (商工課)

を考えている人、創業して間もない人対象。先着30人。
▼日時 31年1月12日～2月2日毎週土曜日午前10時～午後4時
▼場所 蘇我コミュニティセンター ▼申し込み 電話で同協会成長サポート部創業サポートチーム ☎043(311)5001または、同協会ホームページから (商工課)