

ふじみサラダボール子育て情報

「満たされた時代に生きる子ども達」

令和7年6月25日号

板橋富士見幼稚園



精神的回復力

日本が世界第2位の経済大国に突入し生活が豊かになった後の近年は、欲しいものを買ひ、食べたいものを食べるというような生活が、ずっと続いてきました。最近は物価高もあり、買い控えも見られるようですが、我慢しなければいけないこと自体が減ったように感じます。

皆さんは、「レジリエンス」という言葉をお聞きになったことはあるでしょうか。レジリエンスとは、困難やストレスに直面した際に、そこから回復し適応する能力のことで、「精神的回復力」のとも言います。現代の子ども達を見ていると、この精神的回復力が弱くなってきているように感じます。

小さな時から、自分の思い通りにならないことに直面した時に、モチベーションを回復して高める術を学んでおくことは、将来に向けて大切なことです。あきらめの早い子、自己を押し通しすぎる子、我慢できない子、その場から逃げてしまう子などなど様々です。そういった時に、自分の気持ちを言葉で伝えられるようになるためにも、幼児期から人と関わる際のコミュニケーション力が大切になります。話を聞くとときや話すときは、互いに顔や目を見て、心と言葉で対話するように心掛けたいものです。

欲しい物をねだられたら少し待って話し合うことや、みんなと一緒にの場では少しその場にとどまれることなど、我慢したり、自分の感情を自分でコントロールしたりできるようになるためには、自己整理するまでの少しの時間と、説得から納得するまでの時間や場が必要です。面倒ごとやストレスはできるだけ避けてあげたいという思いが親御さんの心理かもしれませんが、時にはこのような精神性に心を寄せてお子さんと向き合ってみるのはいかがでしょうか。

【アンの収穫祭】

今日から3日間はアンの収穫祭です。1日目の今日はみんなで集まって今までの関わりを映像やクイズで振り返りました。園庭で採れたアンを刻んで凍らせておいたものを、ジャムにするためにお鍋で煮込み始め、粒の変化や香りを楽しみました。

