



★4さいRくんのママ

息子は幼稚園に通っていますが、みんなの中で孤立してしまうのが目立ってきたのが悩みでした。

一緒に着替えられない、お弁当を時間内に食べられない、制作の時間にお友達の道具を取ってしまうといったことがあっても、息子自身はなにが問題かわかっていませんでした。

もっとお友達に興味を持ってほしい、協調性が育ってほしい。これから学校や社会にいていくときに、それはとても大切な力だと思うから。そう悩んでいるときにりさせんせいとお話をして“おやつレッスン”を始めることになりました。

“おやつレッスン”では、息子の分と大人の分のふたり分のおやつを用意します。例えば、動物の形のクッキー、グミ、ラムネを、それぞれふたつずついれておきます。

同じ種類のもを同じ数ずつ用意するのがポイントです。そして、同じ形のお皿に同じように並べます。大人と食べる順番を相談したり、大人が手をだしたものをよく見て同じものを取るよう約束しておいて同じタイミングで食べれるようにしたり、お菓子の味や色についての質問や感想にちゃんと答えられないと食べすすめられないようにします。

“おやつレッスン”を始めて3か月が経ちましたが、ふだんの食事でもその効果が見えてきました。ママパパのペースに合わせて食べれるようになったり、「これ、あまいね」など味について感想を話すようになったり、きれいなものでも、ママパパが「おいしい」と言って食べていたら興味を持って食べるようになりました。

以前は野菜が苦手だったのに「おいしい？」と聞いてきたり「たべてみよっかな～」と言いながら挑戦してくれるようになったのは、本当にうれしいです。幼稚園でのできごととも家でよく話してくれるようになりましたし、日常生活の中での質問もふえ、相手の表情や話しかたで、感情を読み取れるようになってきました。

みんなと一緒にの楽しさや喜びを“おやつレッスン”を通じて実感できたことで、いっしょの必要性を自分から感じて、自発的に一緒にやろうとすることが“おやつレッスン”のゴール。

たかがおやつの時間ではない。そこから、将来まで必要となる社会性を身につけることができる、本当に素敵なレッスンだと思います。

