

今こそ家族のチームワークを高めるチャンスです！

8月に入り、夏休みになりました。今年の夏休みは、これまでとは違い、『**新しい生活様式**』を取り入れた過ごし方になるので、どこかに出かけて思いっきり遊びたいと考えていたお子さんにとっては、残念に思っているかもしれません。でも、お子さんが家で過ごすことが多くなるということは、決してマイナスなことではありません。むしろ親子の絆を強め、家族のチームワークを高めるチャンスなのです。

では、何をしたら親子の絆を強め、家族のチームワークを高めていけるのでしょうか。それは、『**お手伝いをする**』ということです。4月に学校で配布した『教育長からのメッセージ』にも、家庭におけるお手伝いの大切さについてのお話がありました。お手伝いには、様々な子どもの成長を支える役割があります。いくつかご紹介します。

【自己肯定感・自己有用感を育む】

お子さんはお手伝いを通して、親からほめられ、認めもらえることで自分に自信がつき（**自己肯定感**）、さらに人の役に立っているという感情（**自己有用感**）を育むことができます。

【親子のコミュニケーションになる】

「上手ね」「ありがとう」など、ほめたり、感謝したりすることは、親子のコミュニケーションになり、**信頼関係**を築くことができます。

【責任感がつく】

お手伝いの役割分担をすることで、「自分はこれをやるんだ」と、**責任をもって取り組む**ようになる。



ぜひ、お子さんと話し合いながら、可能な範囲でお手伝いに取り組めるようにしていきましょう。どのようなお手伝いであっても、お子さん自身が最終決定できるようにすることが大切です。お子さんがするお手伝いは、時間がかかるかもしれませんが、家族のためにやってくれているという気持ちを大切にしたいですね。親から「ありがとう。」と感謝の気持ちを伝えたり、ほめたりすることで、お子さんは達成感を覚え、次のお手伝いへのやる気が出るとともに、「人の役に立った」という自己有用感を高めることができます。

お手伝いを通して、親子の絆を強め、家族のチームワークを高めていきましょう！