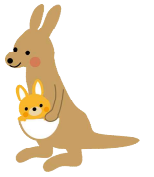




# だっこ通信

## 第39号

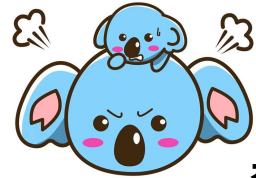
2023. 10月発行



だ いじょうぶ・つ ながる・こ そだて



### 怒り癖 ついていませんか？



オンブー

怒らなくてもいいようなことでもつい怒ってしまう。自分では我慢しているつもりでも、つい不満や怒りの言葉が出てしまう……。そんなことはありませんか？

周りに迷惑をかけたくないので子どもが言うことを聞かないと、つい怒鳴ってしまうんだよな。



自分の時間がないから余裕が無くて……。イラっとしちゃう。

できれば怒らずに過ごしていきたい……

つい怒ってしまうけど、うまく叱るにはどうしたらいいんだろう。コミュニケーションのうまい人は、叱ることはあってもめったに怒らないって聞いたよ。どういうことなのかなあ……



### オンブーのつぶやき



頭に来た！イラっとした！許せない！みたいに、自分の感情をそのまま相手にぶつけるのが「怒る」なんだって。言われてみれば、疲れていたたり機嫌が悪かったりした時に、そういうことがあったなあ。



子育てに正解はないし、近道もない。親として完璧にはいかないけれど、日々子どもを思い、頑張っていると思うんだ。だからこそ、なるべく怒らずにいたいな。子どもだって、一番近くにいる大好きな親に怒られたら悲しいものね。

それに対して「叱る」は、「良くなってほしい」「次からはこうしていこう」という思いがあって注意することなんだって。だから冷静にもなれるし、相手を大事に思うことができるんだね。

親子関係もコミュニケーションのひとつ。難しいときもあるけど、子どもとの関わりを通して、親自身も成長していけるといいね。

発行者：さくら市生涯学習課(担当 鈴木)