

# 「散らかっている！！」 としかる前に

子どもとママのかたづけヒント

1

## かたづけ……って

- かたづけを習った事がありますか？
  - どんな収納グッズが必要？
  - どこからかたづけたら良いの？
- おうちの中を整えるものではないのです
- 思考の整理から始めるものです
  - コンサルティング型 かたづけ支援のプロ
  - いきなり作業はせず、まずじっくりコンサルティングを
  - したうえで作業をクライアント様と一緒にやるものです。

2

## 暮らしの土台作り

- これはどこにしまったら良いの？
- そもそも、これは我が家の生活には必要なの？
- 私の人生に必要なもの……ってなに？
  
- 自分にとって必要なものを選ぶ（整理する）
- 自分にあった方法で収める（収納する）

3

- 家族の幸せを考える
- （かたづけを手段としてどんな目的を達成したいか？）
  
- ママの仕事 = きれいを伝え続ける

4

## かたづけが子供に教えてくれる事は・・・

- 自分にとって必要な事は？大切なものは？
- どこに、どのように置いたら使いやすいか？
- 効率的にゴールへ近づけるための手順を考える

5

## かたづけが成功するには・・・

- 「かたづけが楽しい」と思うようにする
- 出来そうなことをやってもらい成功体験を感じてもらう
- 出来たらほめる 「すごいね」「気持ちいいね」「きれいだね」
- ママ自身の行動を考えものあふれた生活の見直しをする
- ものを家に入れる前に整理してあげる
- こどもとの約束を守る

6

## 仕組み作り

- 1 おもちゃをだす
- 2 遊ぶ
- 3 遊ぶことをやめてかたづけると決める
- 4 集めて、かご（箱）に入れる
- 5 かたづけるべき場所へ運ぶ
- 6 かたづける場所へ収める

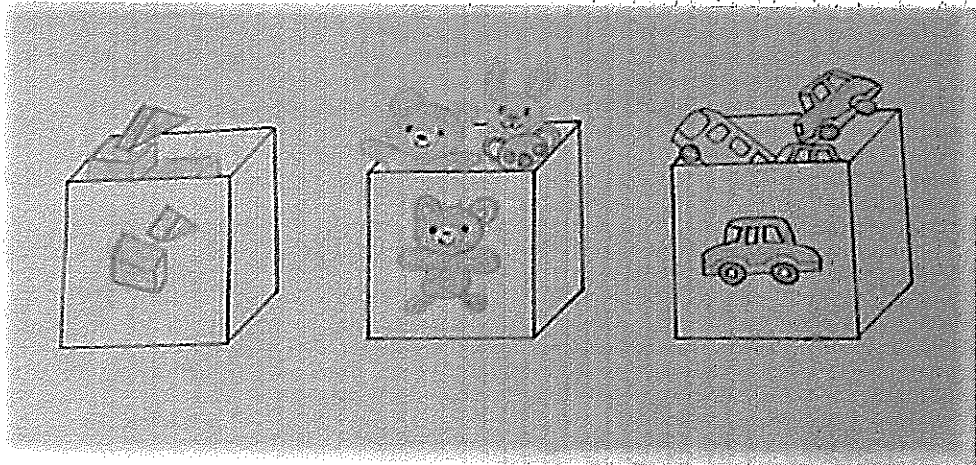
7

## かたづけられるポイント

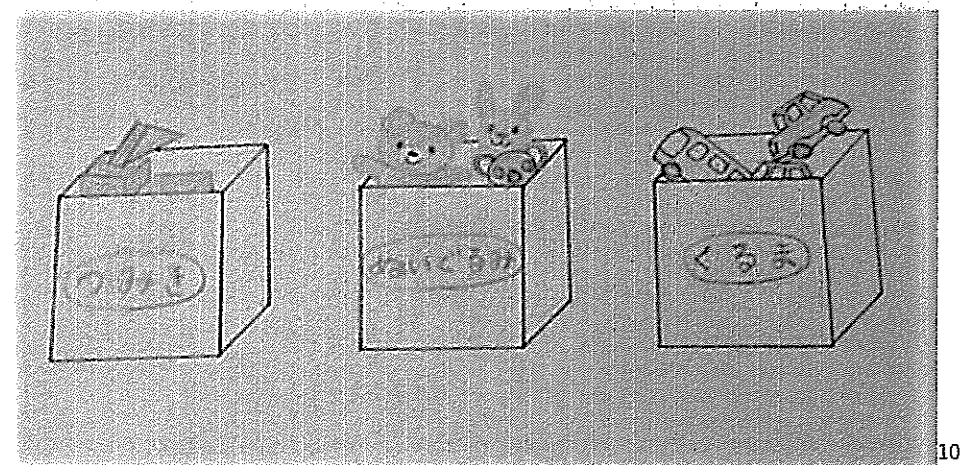
- 1 こどもがかたづけれる量である事
- 2 かたづける場所が決まっている事
- 3 かたづける方法が簡単である事

8

## 右脳タイプ



## 左脳タイプ



## かたづけの3ステップ

- 1 選ぶ
- 2 しまう
- 3 続ける

## かたづけとは.....

- 空間をどう使い、モノとどう付き合っていくか？生活の仕組みを作る事
- 持っているモノが活かされ、そこに暮らす人が快適に過ごすための手段
- 人それぞれゴールもやり方も違うもの。
- 誰かの物差しでなく自分自身（家族）の意思と価値基準で行うもの

- 失敗を恐れずチャレンジしてください

- 最後までお付き合い頂き有難うございました

### 【第3回セミナー開催の報告】

今年度最後の家庭教育学級セミナーはライフ・オーガナイザーの竹内輝美先生をお招きして、「散らかっている！！としかる前に一子どもとママのかたづけヒント」と題して親と子どものお片付けについて教えて頂きました。



最初に、先生ご自身と娘さんの保存の容器の収納の仕方を例に挙げて、自分にストレスのない収納方法、親子であっても方法が違うことを理解することが大事だと教えて頂きました。子どもの片付けについては子どもの目線を理解して、相談して判断させること、子どもの楽な方法を探す事、できたらほめる！がポイントということでした。

続いて利き手、ならぬ利き脳(右脳タイプ・左脳タイプ)の見分け方とそれぞれの傾向と違いを教えてください、傾向に合った片付け方の具体的な例も挙げて頂きました。

竹内先生の明るい語りとお人柄、ご自身のエピソードをまじえたお話に、参加者もそうそうと大きくなずいたり、お友達同士話したり、質問したりもみられる楽しい講座となりました。

(以下アンケート結果より(回答数50))

- とても楽しく前向きに片付けが出来そうな気分になりました。子供との考え方の違いは左右脳の違いなのかしらと今日からよく見て接していこうと思います。
- すべてピチッと整理することが片付けのゴールではないということを知り、片付けのハードルが少し下がりました。脳の性質を踏まえて、快適な生活を目指したいです。
- かたづけだけでなく、子供とのかかわり方を見つめ直すきっかけになりました。
- 今までどんなに本を読んでも上手いかなかったのですが、今日話がきけて本当に良かったです。子供目線もすごく参考になりました、焦らず実践していこうと思います。
- とても聞きやすく、楽しかったです。家族が気持ちよく暮らすには？を一番に考えていこうと思います。

◇◇今年度の家庭教育学級委員会は「心も身体もスッキリと！～子供の笑顔と健やかな暮らしのために～」をテーマに3回の講座を企画し開催致しました。各セミナーにご参加、ご協力頂いた皆様に感謝しお礼を申し上げます、ありがとうございました。◇◇