

子育て Q&A No.3 ～ほめ方しかり方編～

子どもをどのようにほめ どうしかったらよいのですか



上手にプラスのストロークを与える

※ストローク

人とのコミュニケーションから得られる精神的な刺激

子どもへの声かけや対応には2通りあります。

- ・プラスのストローク(ほめる 認める 話しかける 等)
- ・マイナスのストローク(叱る いやみを言う にらむ 等)

子どもは、プラスのストロークを与えたところが伸びていきます。

そして、自分に投げかけられたストロークを人に与えるようになります。

上手にプラスのストロークを与えていきましょう。例えば…

○すごく練習して1位になった子には…… 「他の子もすごいよね」よりもほめる

○テスト90点の子には…… 「平均点は？」でなく、できたところをほめる

○靴そろえができるようにしたいときは… できた時にできたことをほめる

直してほしい点はその場でなく別のところで説明をします。

さらに、自分にもプラスのストローク(ご褒美)をあげて親も元気になりましょう。



うちの子にいいところなんかあるのでしょうか



発想の転換で 短所が長所に

子どもをほめたくても、欠点ばかりが目につきやすいものです。

でも、見方によっては、短所が長所になります。発想の転換をしてみましょう。例えば…

がんこ	→ 意志が強く信念がある
すぐ調子づく	→ 雰囲気明るくする名人
おとなしすぎ	→ おだやかでひかえめ
あわてんぼう	→ すぐに行動できる
でしゃばり	→ 世話好きで、人の役に立ちたい
うるさい	→ 明るくて、元気で、活発
落ち着かない	→ 好奇心旺盛
引っ込み思案	→ 思慮深い 穏やか
意志が弱い	→ 柔軟性が高い

どうでしょう。うちの子どもも、すてたものではないでしょう。

発想の転換をしたら、「やる気スイッチ」を入れましょう。こんな具合です。

- ・マイナスの言動を減らす
- ・良いところ頑張っているところを見つける
- ・ありがとうと言われる体験を増やす
- ・肯定的なメッセージを送る
- ・失敗しても、がんばった過程をほめる

声かけの転換も効果的です

「もう…だから言ったでしょう！」→ 「どうすればよかったんだっけ？」

「何度言ったらわかるの？」→ 「どうしたらいいと思う？」

「うそつき！」→ 「本当のこと言わなくて悲しいな」

