

ほめ上手は 子育て上手



『次も頑張ろう!』
自信がつく
『認められた』という喜び
ほめられる

毎日の生活で、口を開けば、子どもに対してついつい命令や小言になっていませんか？

親だからこそ、『〇〇ができない』、『〇〇が気になる』など、マイナス面ばかりが目につき、イライラから、強い口調で接してしまうこともあるでしょう。

しかし、社会で活躍する心を育てるには、“自分はやればできるんだ”という自信を身につけ、子どもを認め、ほめる関わりがとても重要です。

何を・どのように ほめたらいいの？

1 できて当たり前な こともほめる

「ごはんの前にお箸を並べてくれてありがとう。お母さん、助かるよ。」など、当たり前なことであっても、ことばでうれしい気持ちを伝えましょう

2 具体的にほめる

「走らずに、ママと手をつないで歩けたね。」など、子どものどんな行動がよかったかほめましょう。

3 過去からの成長に 注目してほめる

「〇〇できるようになったね。すごいね。」など、ほかの子と比べず、子ども自身の過去からの成長に注目しましょう。

4 繰り返し何度も ほめる

繰り返し何度も褒めて、子どもがよい習慣を身に付けられるようにサポートしましょう。

5 スキンシップをとる

頭をなでる、笑顔でうなづく、抱きしめるなどのスキンシップも有効です。

叱るときのポイント

子どものした行動を叱る

「あなたは本当に悪い子ね。」「〇〇ちゃんなんてもう嫌い」など、子どもの人格を否定するような言葉は使いません。間違った行動を叱りましょう。

その場で短い言葉で叱る

感情的にダラダラ長時間叱らずに、具体的に何が間違っていたかを短く伝えましょう。

ほかの子と比較しない

「どうして〇〇くんみたいにできないの？」と叱ったところで、何が間違いで、どうしたらよかったのか伝わりません。

次はどうしたらよいか伝える

叱って終わりではなく、「～したら良いよ」と具体的にどうしたらよいか伝えることが大切です。

ほめて育てることは大切ですが、何でもほめればよいという訳ではありません。時には叱ることも必要です。