

笑顔が一番

令和5年7月
今江こども園
二木 恵子

暑い日が続きますが、水遊びをする元気な子ども達の声
を聞いていると、私達も元気になります。

さて、前は叱り上手のお話でした。それを受けて今回は、「ほめ上手」なるを、引き続き NHK すくすく子育て
「しつけ」岩立京子さんを参考にお送りします。

「ほめ上手」にないましょう

「叱り上手」に比べたら「ほめ上手」のコツは簡単です。

例えば、子どものいいところや頑張っているところを見た瞬間に「頑張っているね」「靴下
はけたね」「ごはん、きれいに食べたね」と声をかけてみてください。この意識が心の片隅
にあるだけで、今までよりずっとママの口からほめ言葉が出やすくなるでしょう。

子どもは「自分は出来た!」「ぼく(わたし)は頑張っている!」と嬉しい気持ちになります。
そしてそれが積み重なることで自信がつき、また頑張ろうと思う気持ちが育まれます。
しつけにおいて、「ほめること」は「叱ること」よりもかなりプラスの作用があります。

「ほめる」と「叱る」はセットです

さて、いくら「ほめる」ほうがいいとはいえ、ほめるだけでは、困ったことになります。
それは、「ほめること」が「叱ること」の基盤としてあるからです。どちらか片方では意味が
なくなります。

すべてを自分で判断できない子どもは、大人から

「してはいけない」というメッセージを受けなが
ら、道徳や価値を体得していきます。それが、ずっ
とほめられるだけだと、日々の生活の中で「しては
いけないこと」が取り込まれないことになります。
ほめられることがあって初めて叱られたときに、
「あーこれはしていけなかったんだ」と気づき、自

分の中に吸収されるのです。「ほめる」と「叱る」はセットなのです。セットといいます
が、同じ割合でということではなく、ほめると叱るは、できれば7対3か8対2くらいの感覚で、
ふだんからほめることを探し、ほめていきましょう。



「甘やかす」「おだてる」「もので釣る」はNG!

子どもができることを、時間がかかり
面倒といって親が手を出してしまったり、
静かにしてほしいからお菓子を与え
たりなど、がまんすべきところがまん
させないのは「甘やかす」です。「さすが
ママの子ね」などとおだてて言ったと
ころで、子どもにとっては達成感もなけれ
ば自信にも繋がりません。

また、「これが上手にできたら〜を買っ
てあげる」と、物で釣ったり何かをがま
んさせるのに、見返りとしてごほうびを設定したりするのは出来れば避けたいですね。

「ほめる」ことは、自然な成り行きであって、「してほしいからほめる」のではないのです。
子どもと過ごす中で何か頑張っていることや、子どものここはいいところだな、と思ったと
きに、そのまま具体的な言葉で言うのが、「ほめる」ということではないでしょうか。



こんなところをほめよう!

竹内エリカさんより①

- ① 当たり前に行っていること
- ② 成長したこと
- ③ あなたがうれしかったこと

朝 朝は一日の始まり。子どもに気分よくスタートを切らせるかがポイント!

「一人で起きられたね」「早起きしてくれたから、お母さん、すごく助かるわ」「ずいぶ
ん早く食べられるようになったね」「自分で靴がはけるようになったね」

昼 園のお迎えで、ぎゅっと抱きしめてから。

「今日もたくさん遊んだね」「パズルが早くできるようになったね」「(遊ぶ) 順番守れ
たね」「すっきり片付いて気持ちいいね」「自分で片づけてくれて、ママ助かるわ」

夜 重要なのは、子どもが幸せな気分その日を終えることです。

「(料理) 上手に運べるようになったね」「お風呂に入るとさっぱりして、気持ちいいね」
「歯磨き終わったね」「トイレいけたね」「〇〇ちゃん、大好きよ」

特に寝る時は、

「明日はこうなるといいな」「子どもが〇〇してくれたらいいな」というママの願いを「こ
うなるよ」と断定して言葉にして伝えるのもおすすめ。夜眠っている間に子どもの脳に記憶
され、そうろうと自然に努力できる事より、ほめポイントが増えます。

以上、そんなに難しく考えないで、気づいたことをほめてください。