



ナデシコ（撫子） 三村 千秋

－ ほめるチャンス 1 －

「ほめる子育てが良い」とよく言われますが、なぜ、大切でしょうか。ほめられると大人だって幸せな気分になります。ほめられた方がやる気や元気が出ますし、何といても自分を大切に感じられるからでしょう。

でも、ほめることが大切とわかっている、日常の日々では「違うでしょ、早くしなさい、何度言ったら分かるの」など、しつけの目的で注意することが多くなってしまう現実もあります。

ほめる内容は、大きく分けて3つあるような気がします。

1つ目は、「増やしたい行動」を強化したいとき

2つ目は、「減らしたい行動」を強化したいとき

最後に、「続けさせたい行動」を強化したいときです。

しかし、この「ほめる」ことはけっこう難しいのです。なぜなら、「良い行動をしたときには思いっきりほめよう」と常々思っているもののタイミングを逃してしまうことが多々あるからです。

どのようなタイミングで、どのようにほめると良いでしょうか。例えば、食事の時に姿勢がすぐに崩れてしまうFちゃん。お母さんは「ちゃんと背筋を伸ばして！」と注意します。数分後、「また姿勢が悪いよ、何度言ったら分かるの！！」とだんだん口調も厳しくなってきます。そうすると子どもは「ママは怒ってばかりだ・・・」と受け止められることがあります。この場合、「背筋を伸ばして！」という注意に子どもが背筋を伸ばした時にすかさず「良い姿勢ね！！」とほめることです。それがあたり前と思っているとほめ言葉が出てきません。一度言葉をかけたときも子どもの行動に注目してみてください。30秒たっても姿勢を保っていたら「良い姿勢ね、頑張っているね」とさらにほめることでしょう。コツは「普通にしているとき、こまめに具体的な行動をほめる」ことです。

今回は、いろいろな場面で応用できるほめ言葉を紹介します。

個別面談

皆様にご心配されている子育て相談や就学相談など、クォーレプレミオでは対応が難しかった部分を三村先生にお願いし、個別相談をしていただけることになりました。

三村先生は、数々の実績とご経験をお持ちの方で、今もなお、広島大学客員教授などご多忙な毎日を送られている中、クォーレプレミオの療育に賛同していただき、ご協力していただける運びとなりました。

Zoomでのオンライン面談も可能です。

<https://airrsv.net/qole-hogosyamendanyoyaku/calendar>

↑こちらから予約が可能です。

詳細は教室にお尋ねください。



お知らせ

Instagram・Facebookの更新が始まりました！

是非ご覧ください！！

クォーレプレミオのことをさらに詳しく、ブログ随時更新中！

クォーレプレミオ ブログ

検索

