



子供のやる気を引き出す 具体的な褒め方

「食べるもの」が体を作るように、「発する言葉」が心を形作ります。子供たちの行動は周囲の環境から影響を受けて形成されます。人間には「褒められたい、認められたい」という欲求があり、増やしたい行動の後に、褒められたり、認められたりする(報酬が与えられる)とその行動が増えると考えられています。つい、できないことに注意が向いてしまいがちですが、実際にできていることはその何倍もあります。当たり前なことでも適切にできていることを褒めたり、能力よりも「努力」に注目して成長を褒めたりすることが有効です。よい行動を褒められる習慣がつくと、「悪いときは叱られても仕方ない」と考え、「とにかくまずは親の話聞いてみよう」という意識に変わっていきます。どれも今日から実践可能なものばかりなので、この機会にぜひ、子供の良さを見付け、ポジティブな言葉かけを試してみてください。



よいところを見つける方法 25%ルール

できていることが25%、できていないことが75%
↓
25%ルールでは『できている25%の方』に注目する
↓
なかなか褒められないと思っていたのに、
実は100%できなくても褒めてあげられることが
たくさんあったことに気付いて褒められる
↓
子供の自信、やる気につながる

褒めるときのポイント

- ・近くに寄り
 - ・目を見て
 - ・明るい表情で
 - ・明るく高いトーンの声で
 - ・具体的に
- ※「いつもそうすればいいのに」などと皮肉を言わない。

参考:ひかりルーム保護者会講演会資料(マーシャル理恵子先生)

褒め方の3原則 「す・ぐ・き」のルール

- ① **す** (該当する行動の直後に) **すぐ褒める**。何か褒めるべき点があれば、「全部終わったあとに」「思い出したように」褒めるのではなく、「すぐに」褒める。そうすることで、何が賞賛の対象になったのかがすぐにわかります。
- ② **ぐ** **具体的に褒める**。単に「よかったね」で済ませるより、「この書き方、すごくいいよ」「今の話、すごく説得力があったよ」というように、「行動」に焦点を当て、より具体的に評価する。そのほうが、日頃からきちんと目を配っていることが伝わります。
- ③ **き** **気持ちを込めて褒める**。「お疲れさま」の代わりに、「1日、笑顔でがんばっていたね。」「がんばったね」だけでなく、「もう宿題終わらせたなんて、すごく成長したよね、すごいよ」などもう一声「盛ってみる」ことで、気持ちの伝わり方が変わってきます。

参考:東洋経済新聞『子供も部下も育つ「一流のほめ方」,超簡単7秘訣』岡本純子 2021年1月1日