

すこやか

ほめることについて

子育てをしていく中で「ほめて育てたい」「ほめて育てるべき」ということは分かっている方も多いでしょう。しかし、分かっているけれど実行するのは難しいことが多いのが現実ですよね。「どんなふうにほめればよいのか分からない」という悩みもあるかもしれません。そこで今回は、子どもを伸ばすためにはどのようなほめ方をしたらよいのか、ほめるときの注意点などについて考えていきたいと思います。

【ほめることのメリット】

☆子どもが自信を持つ

ほめるということは、子どもを認めることです。「認める」ということは、子どもの姿をあるがままに受け入れることです。

ほめられたことで自信を持てるようになるとポジティブ思考になるので、物事を前向きに捉えることができます。また、自分の気持ちをしっかりと主張することもできるようになります。

☆子どもの自己肯定感を高める

自己肯定感が高まると、幸福感が得られ、ネガティブな感情を抱きにくくなります。失敗に強くなるほか、他人と比較して落ち込む

ことが少なくなるという効果があります。

☆子どもが素直になる

ほめられることで自信を持ち、物事に対して素直な気持ちで向かうことができるようになります。

子どもは叱られると、ふてくされたりいじけたりしますよね。けれども、素直になることで自分の行いを反省し、ポジティブかつ謙虚な姿勢で改善することができる人になれるのです。



高ノ台第二幼稚園 園児

【ほめ方のポイント】

☆結果でなく経過や努力をほめる
チャレンジしたことが、必ずしもよい結果になるわけではありません

せんね。失敗することは多いはず。親としては結果が出た時のほうがほめやすいですが、結果だけをほめてしまうと、子どもは自分の得意分野だけをしようとしてしまいます。たとえ失敗しても、結果に至るまでの過程をほめ、次に続くようにサポートしていきましょう。

☆行動を具体的にほめる

子どもをほめる事柄を具体的に言葉にしましょう。「お洋服をたたむの難しいのに、きれいにたためたね！ありがとう。」「転んだけど、最後まで頑張って走ることができたね。」「小さい組の友だちのお世話ができるって、かっこいいな。」「という具合です。自分の行動をほめられ、努力を認めてもらえた子どもは、自分がどう行動することがよいのかを学ぶことができます。

☆子どもと向き合う

日頃から子どもとしっかり向き合うことが大切です。なぜなら、正しくほめるにはタイミングが重

要だからです。できたときにほめることができるように、日々、子どもに関心を持ちましょう。

【ほめるときの注意点】

☆なんでもほめることはしない

ほめることは、叱らないことではありません。叱ることは子どもにとつて必要なことです。親が悪い言動を肯定してしまうと、子どもは間違っていることに気付けないまま成長してしまいます。

そうかといって、些細なことを毎回ほめてしまうと、子どもはほめられることに慣れていきます。現状で満足してしまい、子どもの向上心が育まれません。小さなことは一度ほめたらほめることをやめ、子どもがチャレンジしたものと大きなことについてほめるようにしていきましょう。

☆比べる相手は昨日の自分

「○○くんよりもよくできたね」などと、他人と比較して優れている点をほめることはしないように

しましょう。本人が周り比べて努力することはよいことです。しかし、第三者が子ども同士を比較してほめても、子どもはよい思いをしません。比べる相手は昨日の自分です。子ども本人の努力や結果をほめることで、昨日の自分より少し成長したと感じさせることが大切なのです。

☆ほめた後に余計な一言

おもちゃの片付けを頼み、遊んでいる最中だった子どもが頑張つて片付けをしたとき「ありがとう。でも次は言われる前にやってほしいな。」、かけっこで一番になったとき「よかったね、かっこよかったよ。次はスイミングで級を上げようね。」などと言わなくていい一言が付いていませんか。子どもは余計な一言のほうに気になって、ほめられたとは思えません。

☆ほめる前に注意をしない

例えば食卓を拭いてくれたとき「ほら、隅っこを拭き忘れている

よ。」などと注意や期待の言葉が先になるのもNGです。まずはほめることが先。子どもは「せっかくお手伝いしたのに」と不満に思うかもしれません。

四歳くらいまでなら、ほめるだけにして、気になる隅っこは大人が拭けばよいことです。年齢が上がれば、ほめてから「隅っこも拭けたかな」と言い添え、追加で拭いてくれたらもう一度ほめましょう。

【おわりに】

子どもの立場に立つて「どうほめられたらうれしいかな」と考えてみれば、自然にほめ上手になれると思います☆



高ノ台第二幼稚園 園児

☆子どものつぶやき☆
園庭でなわとびを練習していた年中組さんの会話です。

Rちゃん「がんばって！がんばって！Yちゃんなら
できるよー！」

Yちゃん「あやとび難しい。」
Rちゃん「大丈夫！できるよ。
あきらめないで！」

二人の微笑ましい姿を見ながら、「勉強になります!!」とつぶやく保育者でした。



こちらの家庭教育通信をお読みいただいた感想をお聞かせください！





真岡市では家庭教育について情報を発信しています！ご覧いただき、ぜひご活用ください。