

夏休みに入り、子供たちは毎日楽しんで過ごせていることでしょう。
日頃できないことに挑戦したり、思いっきり楽しんでほしいと思います。
子供たちにとって夏休みは、ゆっくりすることで、これまでの
疲れをとったり、心の整理をすることができる時間です。



一方で、親にしてみれば普段の生活とは違う子供の姿が目に入り、「つついイライラしてよけいなことを言っています」と反省される話を耳にすることがあります。

せっかくの夏休みです。親子関係をよくし、楽しく過ごしていけるようにちょっとした言葉かけについて考えてみましょう。

子供によりよく伝わる言葉かけ・・・

①「否定」より「肯定」から入る

よく言いがちな言葉かけとして、「なんでできていないの」「何もしていないね」などがありますね。

子供の悪いところを指摘するのではなくて、“できているところ、頑張っているところ”を見つけて言葉にしましょう。

☆「いつものように早起き、できているね。続けていこうね」

☆「宿題ドリルは、計画立てて少しずつやっていたんだね。この調子でやってね」

☆「丁寧に書いたら見やすいね」

⇒認めてもらえたという安心感があると、アドバイスも素直に受け入れやすくなります。



② “～しないで” よりも “～しよう” という言葉

よく言いがちな言葉かけとして、「ダラダラしないで」「グズグズしないで」などがありますね。

“やってほしいこと”を言葉にしましょう。

☆「早めに終わらせてゆっくりしよう」

☆「時間を決めて、時計を見ながらやるとうまくやれるよ。必要ならば時間がきたら声をかけようか！」

⇒やってほしくないことではなくて、やってほしいことの方が行動に結びつきやすいです。

③伝えるときは、「I(アイ)メッセージ」で気持ちを伝える

よく言いがちな言葉かけとして、「〇〇のせいで困っているんだよ！」などがありますね。

感情をぶつけるのではなく、「気持ち」伝えましょう。

☆「私は、〇〇が約束を守れなかったことが悲しい」

⇒「あなたが悪い」ではなく「私はこう感じている」と気持ちを伝える方が関係はこじれません。



言葉かけしただいで子供との関係はよくなります。

よりよい言葉かけは、自己肯定感や親子関係に大きな影響を与えます。

「認めてもらえた」「わかってもらえた」「信じてもらえた」という安心感が、自己肯定感、自信につながっていきます。

子供の心を満たす、よりよい言葉が伝われば子供との信頼関係は育っていきます。



さっきはちょっとイライラしてた、
ごめん。話を聞くとよ。

いつも応援してくれてありがとう



私のことわかって
くれてうれしいよ！
大好きだよ！



＊ 各校区のコミセンに印刷した『たんぽぽ』を置いています。
メール配信で読みづらい場合は、どうぞ、ご利用ください！

『やつしろ子ども支援相談室のご案内』

学校のこと、友だち関係、いじめ、不登校、子育てなど、子供に関する悩みや困っていることなどありましたら、遠慮なく相談してください。

相談すると気持ちが軽くなり、見通しがもてます！！

◇相談方法

- ・電話 0965-33-6145 (相談室専用)
- ・メール kodomo-soudan@city.yatsushiro.lg.jp
(相談状況によりすぐに返信できない場合があります)

- ・来所面談 まずは電話で日時を予約してください (Tel0965-33-6145)
〒866-8601

八代市松江城町 1-25 八代市役所 4 階 教育サポートセンター

- ◇相談時間 月～金曜日 9:00～14:00 (祝日・年末年始を除く)



上の二次元コードか
らも送信できます