



「ありがとう」の効果

- ◎ 「子供をほめて育てましょう」 これは、保護者向けの講演会や研修会等で専門家の先生からよく言われることです。確かに「叱られ経験」があまりに多すぎると、子供のその後の成長に大きな影響を及ぼしやすくなることは事実なのですが…。しかし、実際に日々の生活で「ほめること」は結構難しいものです。
- ◎ 家でいつも子供と顔を突き合わせていると、一つ一ついろいろなことが気になり、成長してほしいという思いがあるがために、子供の良くないことやできないことに目を向けやすくなり、つい注意したり小言を言ったり、怒ってしまったりすることがあるでしょう。「ほめなくてはいけないとわかっているのに、つい怒ってしまふ」という話を保護者の方からよく聞きます。
- ◎ でも、たくさんほめればいいというものではありません。例えば、テニスの錦織選手に私たちが「サーブが上手になったね。よく頑張ったね!」とほめても、かえって錦織選手のプライドが傷つき、嫌な気持ちにさせますよね。また、急にほめられても、「おだてられているのか?」と疑ってしまうこともあります。ほめる内容や言い方、タイミングを間違えると、逆効果になることがあります。
- ◎ このようなときに効果があり使いやすいことばが「ありがとう」です。「ありがとう」は、どんな場面でも使うことができ、言われた人も良い気分になります。ほめるときのように“上から目線”を感じさせてしまうこともありません。子供が何かしてくれたら、目と目を合わせて「ありがとう」と、ぜひ声をかけてあげてください。「ありがとう」は、ほめるときと同じ効果が期待できます。
- ◎ 「ありかどう」と子供に声をかけると、実は言っている私たち大人のほうも穏やかな気分になります。ぜひ試してみてください。



※「こころのお便り」は、情緒通級の現役教諭が原稿を書き、深大出版で編集しています。

子育てに悩む保護者の方、児童を理解したい先生等どなたでもプリントしてお使いいただけます。