



さぬき市教育委員会事務局 生涯学習課

令和4年1月



子どもをほめると 成長にいいことがたくさん

子どもをほめることの重要性

挑戦する気持ちや前向きに取り組む気持ちが芽生える

保護者にほめられることで、自分は認められたという気持ちになり、やる気生まれます。
また、失敗したときでも、頑張った過程や挑戦した気持ちを認めてもらえたら、もう一度チャレンジしてみようという気持ちになるでしょう。



保護者にほめてもらうことで自己肯定感を育むことができる

子どもにとって大好きな保護者にほめられることは自分が認められることであり、大きな自信になります。失敗しても「一生懸命頑張っていたよね」とほめながら慰めたり、「応援しているよ」と励ましたりすることで、また頑張ろうと思えるものです。愛されていると感じることで、自己肯定感も高まっていきます。



子どもをほめるコツ4つ！

些細なことでもほめる



できて当たり前と思わず、「今日も頑張ったね」「昨日より早くできたね」と継続や小さな変化、ほんの小さな努力を見逃さず、ほめてあげるようにしましょう。

結果ではなく過程をほめる

成功したときだけでなく、挑戦して努力した過程をほめてあげましょう。その日は失敗してしまっても頑張った過程をほめてもらうことで、挑戦したこと自体が大切だと思います。そうすれば、もう一度チャレンジしようという気持ちもわいてくるでしょう



具体的にほめる

保護者は「良くできた」と思っている場合、子どもが「失敗した」と思っている場合には、子どもの気持ちを理解して寄り添ってあげてください。そのうえで、「よく頑張ったよ。たくさん練習したものね。ママ（パパ）は知っているよ」等、子どもの頑張りを、認めているよという具体的な言葉をかけ、ほめてあげるとよいでしょう。



「感謝」「感動」「成長を喜ぶ気持ち」を伝えることは ほめることと同じ

お手伝いしてくれた時は、「お手伝いしてくれてありがとう」「助かったよ」といった感謝を伝えましょう。ほめられた時と同じように自分の存在を認められたと感じられるので、自己肯定感が高まります。感謝の気持ちを知ることでもできるでしょう。また、具体的に成長を喜ぶ気持ちを伝えてあげましょう。保護者が自分の成長を応援したり喜んだりしてくれる姿はうれしいものです。「いつも見てくれている」「またやりたい」という安心感や意欲を与え、子どもの自信にもつながっていきます。

年齢別にみるほめ方のポイント

赤ちゃんのほめ方

赤ちゃんは1歳になるまでに、たくさん成長過程を経ていきます。保護者にとっては、成長の一つ一つがうれしいものですよね。その際は「笑った！かわいいね」「すごいすごい！おすわりできたね！」と、笑顔で大げさにほめましょう。それにより、「喜んでもらえてうれしい」「できてうれしい」という喜びの感情を学んでいきます。



3歳児のほめ方

次第に個性が出てくる3歳児は、社会性が豊かになる分、ほめ方のバリエーションを増やしていくとよいでしょう。

3歳児をほめるポイントは、子どもの気持ちに共感することです。挑戦しようとした気持ちを認めてあげましょう。また、できるだけ具体的な言葉で伝えることも必要です。その際は、肯定形を使いほめるようにしましょう。

2歳頃までのほめ方

2歳頃までは、無条件にほめてよいでしょう。特に子どもが「見て見て」と言って、自分で作ったものやできたことを見せてくれるときは、ほめられたい気持ちが隠れていません。この時は、わかりやすい笑顔やオーバーアクションでしっかりほめ、気持ちを満たしてあげましょう。後でなく、その場でほめてあげることが大切です。



4~5歳児のほめ方

4歳~5歳児は、本音でほめるようにしましょう。できたことだけをほめると、子どもの心に残りやすくなります。また、「昨日はここまでだったけど、今日はこんなにできたね！」と子ども自身が成長や変化を意識できるほめ方をすることも重要です。



子どもの成長を妨げる可能性があるほめ方

ごほうびに頼り過ぎている

その時は喜んだりやる気が出たりという効果があっても、そのうちにごほうびをもらえないとやらなくなってしまう可能性もあります。



「ほめ言葉」にこだわり過ぎて子どもを見ていない

子どもの行動や成長に合った言葉で、できるだけ具体的にほめてあげるとよいでしょう。



保護者が理想とする行動しかほめない

保護者の言うとおりにしなければほめられないと考えようになり、自己肯定感が低い子どもになってしまうかもしれません。いろんな視点で、子どものよいところを見つけてあげましょう。自信を失わないはずですよ。

他の子どもと比べている

他の子どもと比べるほめ方を続けていると、劣等感や余計な競争意識を持つ子どもに育ててしまうかもしれません。



結果ばかりに注目している

結果を出さなければほめられないというプレッシャーを感じさせてしまい、わが子を「いい子症候群」にしてしまう恐れもあります。過程も一緒にほめれば、失敗したとしても自信を失わないはずですよ。

子どもを観察してほめ上手になろう

子育てにおいて「ほめる」のはよいことです。ただ「ほめて育てる」=「叱らない育児」ではありません。命にかかわる危ないことをした時などはしっかり叱るべきでしょう。また、社会のルールや仕組みを教えるべき年齢であれば、叱ることも意識すべきです。ほめるべき時は、子どもの気持ちを理解し、状況を読み取って、上手にほめて子どもの良い部分を伸ばしていきましょう。

