

こんなときに子どもにこんな言葉をかけてみてはどうでしょうか（1）  
（1・2年生編）

文責 向陽小教頭 松崎

こんなときに 子どもにこんな言葉	解 説
<p><b>○ 安全に気を付けて登下校させたいとき</b>（家から出かけるとき） 「お兄さん、お姉さんのいうことを聞いて 安全に気を付けて行ってらっしゃい。」（低学年） 「お兄さん・お姉さんがしていることをしっかりと見ておいてね。下級生の面倒が見れるようになるといいね。」（中学年） 「下級生のめんどうをしっかりとみて安全に登校させてくれているんだね。えらいね。」（高学年）</p>	<p>・向陽小学校の伝統である集団登校。地域や保護者の見守りもあり、交通事故は、ほぼありません。特に低学年の保護者は、とてもありがたいです。保護者の一言で下級生が上級生のいうことを守ります。上級生は、下級生の面倒をみることで、高学年の自覚が生まれ、自己肯定感が高まります。</p>
<p><b>○ 寄り道やいつまでも帰宅しない児童にしたくないとき</b> （寄り道をさせたくないときふだんから） 「心配だから、寄り道をしないでまっすぐ家に帰ってきてね。」 （いつまでも帰宅しないとき ふだんから） 「出かけるときには、誰の家（どこ）に出かけるか教えてね。」 「誰も家にいないときには、行き先をメモ帳（ノート）に書いておいてね。」</p>	<p>・「子どもが、まだ、帰宅していない。」という問い合わせがあり、職員で探すこともあります。そのほとんどが親に連絡せずに友達の家遊びに行っていた場合と下校途中で寄り道をしていたケースです。普段からこのような約束をしておくことと心配をしなくて済みます。</p>
<p><b>○ 子どもが夢をもち、それに向かって頑張ろうとする自律心を育てたいとき</b> P:親 C:子 P「休みの日は、自分の夢の実現や自分ができることを増やす時間に使うことも大切だよ。」 P「〇〇の夢は、何ですか。」 C「獣医さん。」 P「獣医さんになる夢を実現するには、どんな勉強をすればいいかな。」 C「動物を見る。」 P「動物を見るだけではなく、資格をとるために大学に入らないといけないよ。大学に入るためにどんな勉強が大切かな。」 C「算数や理科。」 P「そうだね。国語や社会も大切だけど特に算数や理科を勉強しておくのと役に立つね。」 C「算数や理科でできなかったところや苦手なところの復習をする。」 P「なるほど。授業やテストで間違ったところを分かるまでやり直すことが大切だね。」（方法や時間等にも考えを広げる）</p>	<p>・週末の家庭学習は、子どもの判断で、「ここは理解できていないから復習しておこう」「将来こんな仕事につきたいからこんな勉強をしていこう」と子どもの自主性を重んじ、自分に合ったスタイルや方法を見つけて、学習成果につなげていきましょう。 そのために、学習が軌道にのるまでは、親の声かけや見守りが大切になってきます。 「自分で目標を決定させる」ことが大切ですが、弱い心に負けてしまうこともあるので、「目標の設定→計画立て→計画の実行→反省」のサイクルが確立するまでは、親が、根負けせずに粘り強く語りかける（働きかける）必要があります。子どもの幸せのために頑張りましょう。</p>
<p><b>○ 忘れ物をしない子どもに育てたいとき</b> （やり方を教える。一緒にやる。特に忘れるものを注意させる。） ・前日に時間割を見て、準備を行う。 （準備するときに声かけ）「忘れやすいのは、何かな。」 「今日は忘れ物はなかった？」「忘れ物をしなくてえらいね。」 （特別な準備への声かけ） 「図工の道具や学習に使うもので家にはないものは、買いに行かないと行けないので、時間割を見て、土曜日までに教えてね。」</p>	<p>・①やり方を教える→ ②一緒にやる→ ③できていることを褒める。（できて当たり前ではなくて、忘れていたのが忘れなくなったことのよさを実感させる。） できるようになったら確認だけすればよくなります。 ・特別な準備は、週末までに連絡するように普段から話しておくことも大切です。</p>

こんなときに 子どもにこんな言葉	解 説
<p><b>○ トラブルに出会って悩んでいるとき</b>  (普段から：できれば自分の体験も交えて話すと効果的)  「社会は、色々な人がいて色々な考えがあるから、時にはトラブルが出てくるんだよ。社会は、トラブルを体験する学習の場だよ。」  「トラブルは、成長していくうえでとても大切なことなんだよ。」  「自分で解決できないトラブルは、人に頼ることができるのも強さの一つだよ。」  (トラブルが起きたとき、子どもに自己決定を促す3つの言葉)  ①「どうしたの？」(何か困ったことはあるの?)  ②「君はどうしたいの？」(これからどうしようと考えているの?)  ③「何を支援してほしいの？」(私に何か支援できることはある?)</p>	<p>・ストレスコーピング(ストレス対応力)とは、問題(ストレス)が起きたときに、自分だけでは解決できそうもないときにうまく対処することができることで、  ① 我慢すること  ② 気分転換をすること  ③ 問題を解決しようとする  ④ 人に相談すること(自分の力で解決できないこと)  4つの方法があり、事前にこのことを教えておき、親として③と④を育てていくことが大切です。</p>
<p><b>○ 頑張る子どもに育てたいとき</b>  母「○○(お子さんの名前)最近、～を頑張っているとお父さんが、褒めていたよ。」  (結果ではなく、プロセスを第三者の言葉で褒める)   「○○、大変でしょう。(一息入れる。)私だったらやめてしまふかもしれない。続けて頑張っていてすごいね。」</p>	<p>・結果を褒めず、プロセスを褒めるのがポイントです。直接自分が褒めるよりも「○○さんが褒めていたよ。」と第三者の言葉として褒めてあげるとより効果が高まります。  ・苦労や愚痴が出てきたときには、すべて聞いてあげてスッキリさせることも大切です。(良い親子関係が築けます。)</p>
<p><b>○ 食べ物の好き嫌いのない子どもを育てたいとき</b>  (食べ物を食べるメリットや良さを伝える)  「人参は、食べるととっても目がよくなるんだよ。」  「ピーマンは、食べると疲れがとれやすく、風邪にかかりにくいよ。」  (子どもが食べられるように調理を工夫して食べた後に)  「今日の料理には、ピーマンが入っていたけどよく食べたね。」  「えらいね。これからも食べてくれると疲れがとれるね。」  「ピーマンを食べてくれてありがとう。これからもがんばってつくるね。」</p>	<p>・生理的欲求の代表である「食」に対する快・不快の感情を乗り越えるために、「栄養のあるもので大切なものは、子どもにはおいしく感じないものもあるが、健康な生活を送るために好き嫌いなく食べることが大切である」という考え方が大切です。その上で無理に食べさせるのではなく、味付けや調理方法を工夫して食べさせ、食べられた子どもを褒めてあげることが自信につながります。</p>
<p><b>○ 整理整頓のできる子どもに育てたいとき</b>  (ふだんから 最初は目を離さず、やり方を教える。一緒にやる。)  「使ったものは、もとの場所に戻そうね。」  「これは どこに片づければいい。」  (片づけることへの感謝を伝え、整理整頓の良さを実感させる。)  「いつも 部屋をきれいに片づけてくれてありがとう。」  「きれいに 片付いていると 使いやすいね。」</p>	<p>・整理整頓の基本は、「使ったらもとに戻す」ということです。初めは、親が目を離さずに習慣化することが大切です。一緒にやっていく中で、整頓する良さを実感できると自分で工夫して整理するようになります。親がありがとうというのも、やる気を引き出し、効果的です。</p>
<p><b>○ 約束を守る子どもに育てたいとき</b>  「○○という約束を守れそうですか。」  「○○という約束を守るために、どうすればいいですか。」  (子どもの約束が達成できるように考えさせる。)  「まず、●●をやってみてはどうでしょう。」  (子どもが守れる約束に修正する。)  「○○する約束を守るためにどうすればいいですか。」  「○●ができたね。すごいね。(○●しているのがすごいね。)」</p>	<p>・約束を守る子どもに育てるためには、  ①守れる約束を設定する。  (守れない約束を設定させない。)  ②約束を守るための行動を考えさせる。  ことが大切です。親に認められたいために子どもは無理して約束をしますが、その場合守れず、嘘をつかせてしまいます。</p>

## 集団登校

低学年 上級生のいうことを聞いて交通安全を守っている

上学年 下級生に教えてあげてえらいわね。

週末の学習・・・子どもの判断で「ここは理解できていないから復習しておこう」「将来こんな仕事につきたいから、こんな勉強を大切にしていこう」と子どもの主体性を重んじ、勉強法を含めて自分に合ったスタイルやメソッドを見つけて、少ない時間で学習成果を上げるための取組です。逆に考えると自分に合ったスタイルやメソッドを見つけるために時間を使わない場合には、学習成果は上がりません。

粘り強くいうことを理解させる→今の時間を惜しむと膨大な時間とお金のロスになる。  
後手後手に回ると何倍も時間と労力がかかる。場合によっては、手の施しようがなくなる。

## 新社会人3割離職

「失敗しても大丈夫だよ」「失敗こそが学びだよ」（「心理的安全性」・・・人間の脳が深い思考をしたり、理性的な判断を下したりするためには心理的安全性の確保が不可欠：強いストレスがかかっていない状態）

「メタ認知能力」・・・葛藤や失敗といったネガティブな記憶をポジティブな学びに変えていくときに使うもの

ストレス 平時との差によって生じる身体的・精神的な内部環境の変化

ファイトオアフライト反応・・・過剰なストレスを受けると戦闘モードに入るか闘争モードに入るか（戦うか逃げるか）

ストレスを何度も体験させると  
自分はどんな時にストレスに反応しやすくてどんなことをすれば反応が薄らぐか

自己肯定感がストレス耐性を上げる。

否定されない環境をつくる

・否定されない ・自分の意志が尊重される ・失敗が咎められない ・他人と比較されない ・できていることをちゃんと評価される ・成功体験を積むことができる ・自分の成長を実感できる。

「未知への恐怖」を「新しことへの期待」に変える。

子ども自身の「やりたい！」を引き出す。

大人は、「これって何だろう」「なぜそうなるのか」「ちょっとやってみたい」子どもの内から湧き出す感情

- ・何かに挑戦して成功した経験
- ・失敗しても責められなかった経験
- ・失敗から学べた経験
- ・工夫すれば何とかかなった体験

※ 子どもに何かトラブルが起きたとき、子どもに自己決定を促す「3つの言葉」

- ① 「どうしたの？」（何か困ったことはあるの？）
- ② 「君はどうしたいの？」（これからどうしようと考えているの？）
- ③ 「何を支援してほしいの？」（先生に何か支援できることはある？）

必ず自分で決める形にする→当事者意識を持ってストレスを乗り越える体験を積み重ねると多少の問題でも問題と思わなくなっていく。

学校や家庭、社会はトラブルの体験学習の場である

トラブルって成長していくうえでとても大事なことなんだよ

どうしても自分の力ではできなければ、人に頼ることができるのも強さの一つだよ

## ストレスコーピング

問題が起きたときに、自分だけでは解決できそうもないときにとることができる行動

- ① 我慢すること
- ② 気分転換をすること
- ③ 問題を解決しようとする（自分の力で解決できること）※目標達成能力や課題解決能力を高める
- ④ 人に相談すること（自分の力で解決できないこと）

結果を褒めずプロセスを褒める。

褒めるタイミング※第三者を介して褒める お父さんの口から「〇〇をお母さん褒めていたよ」