

学校になじめない
お子さまの
「自信を育てたい」
お母さまへ



褒め方のポイント-1



褒め方のポイント

褒め方にも、ポイントがあります。

褒め方のポイントを意識しておくことで、
効果はグンと大きくなります。

そこで、今回は、褒め方のポイントを
お伝えいたします。

これからお伝えするポイントをマスターすれば、
カウンセリングやコーチングのプロと同じです。

そうすれば、あなたは、
お子さまを褒めながら育てることのできる
プロコーチの「おかあさん」です。

何もむずかしいことは、ありません。

あなたは、今、素晴らしいお母さんですが、
さらに、いっそう、
美しく輝く「おかあさん」になってください。

その1 具体的に褒める

具体的に褒めることで、
お子さまの行いのよさを
価値づけることができます。

例えば……

「〇〇ちゃんの日記の、
“北風の音は巨人が怒っているような音だった”
というところがいいね。
そのときの様子を工夫して書いているので、
目に見えるようだよ。」

「配膳台の上のこぼれた物を
拭いてくれてありがとう。
本当に助かるわ。」

「自分で、明日の支度ができたんだね。
勉強の支度も、給食の支度も、
ひとりでやったねえ！　すごいよ～♪」

その2 抽象的に褒める

注意するときには、
使ってはいけない言葉があります。それは、

人格全体を「ダメだ」と表現するような言葉は
使わないで下さい。

お子さまの人格を否定するような
言いかた方は、絶対にいけません。

例えば、

~~「ずるい子だね」などという言い方です。~~

「食べたら必ず歯を磨きなさい」と、
その行動を注意するのは、良いのですが、

~~それをしない子に
「するい子だね」と言うのは、
良くありません。~~

注意するときは、

その「こと」を注意し、

その「人」には
言及しないのが鉄則です。



では、褒めるときはどうでしょう？

褒めるときも、その「こと」を褒めて、
その「人」には言及しない方がよい
という考え方もあります。

いろいろな立場や、状況があるので、
それも一つの考え方です。

でも、あえて、私は
反対の立場で、行動するときがあります。

褒めるときには、
その子の人格を抽象的に
「丸ごと褒める」ことも大切だ
と考えています。

これは、私自身の体験を振り返ってみても
ほのぼのとした思い出がたくさんあるのです。



私が子供の頃、
私の両親は（父も、母も）
よく言ってくれた言葉があります。・・・

「おまえなら大丈夫。きっとできるよ」

私が何か、「いいこと」をしたときにも、
特にそうでないときにも、言ってくれました。

これは人格を抽象的に、
丸ごと褒める言い方です。

私にとっては、それが、
非常にうれしいものでした。

「おまえなら大丈夫。きっとできるよ」と
言われると、

学校で面白くないことがあった時でも、
ポッと、心に明かりが灯ったような
気がしました。

なんとなく自分でも
「いつかできるんだ」
と覚えてきたものです。

そして、小学生なりに、もっと
「期待されているようになろう」
思いました。

今は、コーチやカウンセラーとしても、
その体験も思い出しつつ、同じように、
クライアントに話しかけています。



私が、スタディ・コーチをしているときには、
次のように、言うことがよくあります。

「その書き方は、とってもいいねえ。」

「きちんと坐っている姿勢が、とってもいいなあ。」

「おお！ 宿題もやったの！ うれしいなあ！」

そうすると・・・、不思議なことに、
子供たちは、自分から、すすんで、
すばらしく成長してくれます。

お話の中で、
「あたし、これから〇〇するの」と
言ってくれたり、

私は、何にも指示していないのに、
あるときから、自主的に、
机の周りを掃除してくれたりします。



クライアントたちや、お母さんたちにも、
そのようなことをお伝えしてきました。

メールでのフォローアドバイスでも
そのような書き方をしています。

「丸ごと褒める」ように接していると、
自然に、お子さまは、自分の行動を、
自分で修正してゆきます。

そういうものなのです。
これは、行動科学の分野でも立証されています。

心理学の分野でも、カウンセリングや
コーチングの場面でも、いわば「常識」です。

そして、私自身も、体験済みです。

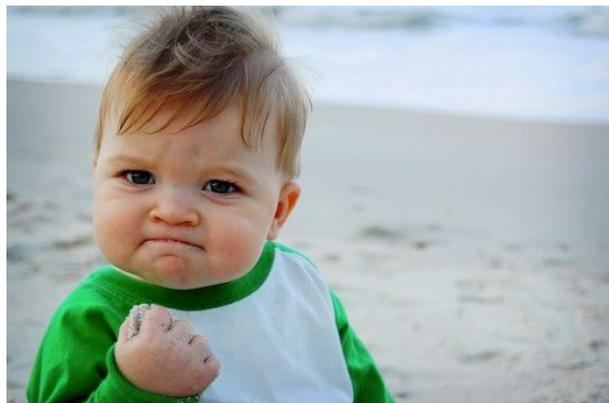
社会人を対象にしたコーチングセッションでも、
つぎのようにお話しています。

「〇〇さんはよく気がつくんですね」

「〇〇さんは優しい方ですね」

「〇〇さんは努力家なんですね」

「〇〇さんはみんなに好かれていらっしゃいますね」



お子さまの学習、習慣づくり、将来の展望など、
どんな小さなことでも、気軽にお電話下さい。

「スタディ・コーチング・ラボラトリー」代表の
福田秀一が、直接、お話をうかがいます。

ご連絡は、こちらです。

e-mail : a_totalperson@yahoo.co.jp
(PCにて、24時間受付)

