



子どものやる気や自己肯定感(自らの価値や存在意義を肯定できる認知や感情)を高めるうえでも、親子のコミュニケーションを大切にしなければなりません。でも、1日のうちに、どれくらいの時間子どもと会話をしているでしょうか。親子のコミュニケーションが大切だということはわかっている、いろいろな事情でなかなか時間がとれないという家庭も多いかもしれません。今回は、「親子のコミュニケーション」をテーマにします。

さて、これは、「千葉県教育委員会 家庭教育リーフレット」にあるチェック票ですが、親子でチェックしてみてください。

親子でチェック	1	子どもの話を、顔を見ながら最後まで聴いている	<input type="checkbox"/> はい	<input type="checkbox"/> いいえ
	2	できるだけ家族だんらんの時間や場をもつようにしている	<input type="checkbox"/> はい	<input type="checkbox"/> いいえ
	3	学校での出来事について会話をしている	<input type="checkbox"/> はい	<input type="checkbox"/> いいえ
	4	困ったことは一人で悩まずに何でも話すよう伝えている	<input type="checkbox"/> はい	<input type="checkbox"/> いいえ
	5	子どもの活動を応援したり、一緒に参加したりしている	<input type="checkbox"/> はい	<input type="checkbox"/> いいえ
	6	子どもの「やる気」を認め、ほめるようにしている	<input type="checkbox"/> はい	<input type="checkbox"/> いいえ



松戸市版幼児家庭教育『まつどっ子 未来のために今』にも書いてありますが、この、直接目を見て、話したり、聞いたり、触れ合ったりする親子のリアルなコミュニケーションは、脳の前頭前野(心の脳)を刺激し、結果として、子どもは満足感や安心感、信頼感をもち、親に対する愛着が形成されます。親自身も、子育てに自信がもてるようになり、育児ストレスが軽くなることも分かっているそうです。

胎児の視覚は4か月、聴覚は6か月ごろに形成されているので、おなかの赤ちゃんに話しかけるとよいと言います。また、言葉を話せない乳児期でも、お父さん、お母さんの言葉を聞き分けて反応すると言います。小さい頃から、このようなコミュニケーションを大切にしていきたいものです。

普段忙しく、子どもと会話する時間がなかなかとれない家庭もあるかと思います。だからこそ、子どもといるときは、スマートフォンやテレビなどを止めて、目と目を合わせた会話や遊びを大切にいきましょう。

正しくほめて 子どもを伸ばす

コミュニケーションの中で、「ほめる」という行為が、脳を活発に刺激することが分かっているそうです。インターネットで調べると「保育のひきだし(こどもの可能性を引き出すアイデア集)」には、子どもを伸ばすほめ方について次のようなことが書いていました。

【ほめて伸ばす子育ての効果】

○子どもが自信を持つ

認められたことにより自己肯定感が養われます。ポジティブな思考になるので、物事を前向きに捉えることができるようになります。

○失敗を恐れないチャレンジ精神が育つ

ほめられて自信がつくと積極性が生まれます。ほめられてうれしいという気持ちがやる気につながります。

【子どもを伸ばす具体的なほめ方】

○子どもに関心を持つ

子どものささいな変化に気づき、ベストなタイミングでほめる。

○子どもと一緒に喜び

子どもができたことに対して一緒に喜び

○どこがよかったのか具体的にほめる

どういところがよかったなど、具体的にほめる。

○行動やチャレンジした過程をほめる

「一生懸命頑張っていたね」というように、努力してきた過程をほめる。

○感謝の気持ちを伝える

どうほめようか考えるより、子どもにしてもらったことに対して素直に感謝する。



「ほめると子どもが満足して手を抜いてしまう」など、子どもをほめることへの疑問を感じる方もいると思います。でも、問題があるのは、「ほめる」ことではなく「ほめ方」のようです。正しくほめれば子どもは育つというメリットを考え、ほめることを中心とした子育てをしていきましょう。