

家庭数

特別支援教育だより

## ほほ笑み便り

NO. 2



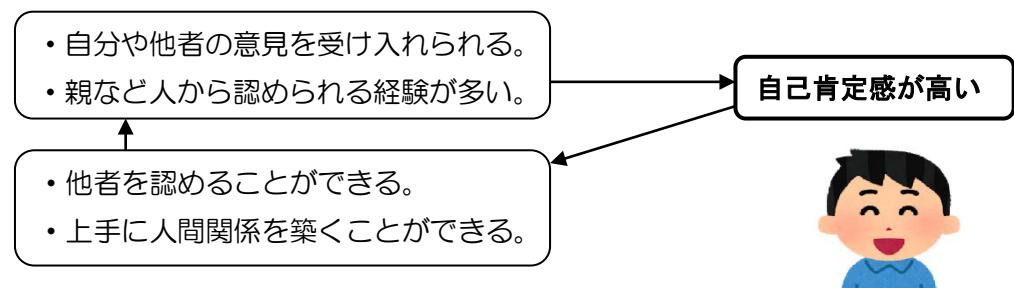
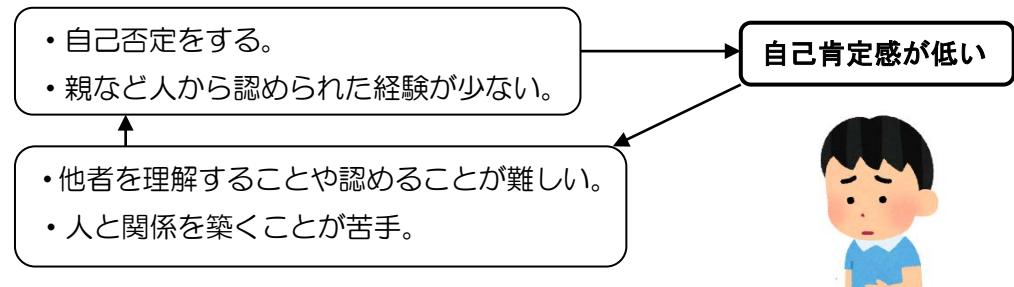
令和2年 月 日  
杉並区立 八成小学校

「ほめて育てましょう。」とよく言われますが、どのようにほめて、言葉を掛けたらよいのでしょうか。今回のほほ笑み便りでは「ほめること、子どもへの言葉掛け」についてご紹介します。

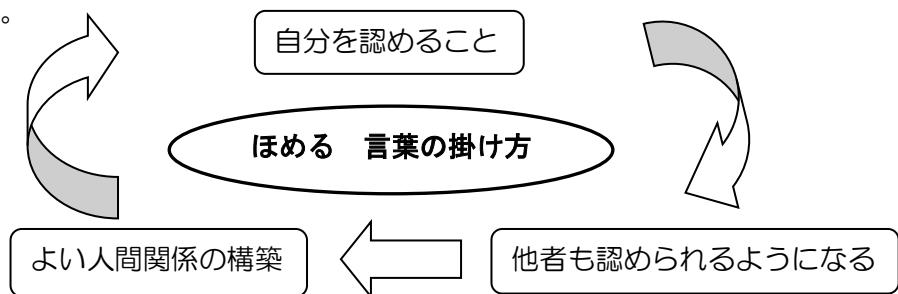
### 自己肯定感とは

よく自己肯定感という言葉を耳にしますが、これはどのようなものでしょう。「自分は大切な存在だ」と思える状態、自分のことを肯定的に思える心の状態のことを言います。

それではなぜ、自己肯定感が大切なのでしょうか。



自己肯定感を高めるためには、ほめること、そして言葉の掛け方に注意する必要があります。ほめられることで、よりその行動をしようとするようになりますし、自分が認められていると自覚し、自信をもつことができます。また掛けられた言葉一つで人は感じ方が違ってくるものです。



## 言葉掛けの仕方を変えてみる

言葉の掛け方を少し変えるだけで、子供は喜び、やる気を出します。失敗してしまったときも怒るのではなく、どうすれば良かったかと一緒に考えてあげることで子供は成長していきます。いくつか例を挙げますので、参考にしてみてください。

①「なぜ？」ではなく「どうしたら？」を使う。

「なぜ、やらないの？」→「どうしたら、できるかな？」

②YOU（ユー）メッセージではなく、I（アイ）メッセージで伝える。（主語を「あなた」から「私」に変える。）

「（あなたは）お手伝いをしてえらいね。」→

「（私は）お手伝いをしてくれて助かったよ。ありがとう。」

③人格ではなく行動をほめる。

「優しいね。」→「友達に優しくできたね。」

④知識よりひらめきや発想をほめる。

「かしこいな。」→「そんなやり方あるんだ。気付かなかったよ。」

⑤禁止「ダメ」「いけません」よりも、他の方法を提案する。

「仲良くしなくちゃダメじゃない。」→「どうしたらけんかしないで済むと思う？」

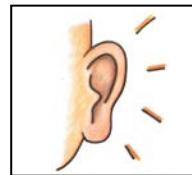
## 視覚的に評価してあげると効果的

子供が目標を達成したときや、頑張ったときなどにほめてあげることが大切です。言葉でほめることはもちろん、頑張りや成果を目で見て分かる形で残しておくことも効果的な方法の一つです。カレンダーに○を書いたり、シールを貼ったりすることも良いでしょう。ここでは、はちなり教室で使っている評価絵カードの一部を紹介します。

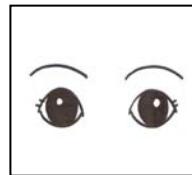
背中が伸びて、正しい姿勢で座れているね。



話をしっかり聞いているね。



よく見ているね。集中できたね。



はちなり学級では、授業や休み時間などに子どもの良いところを教師が見付け、評価絵カードを黒板の名札の下にどんどん貼っていきます。決して数が多いから良いというわけではなく、自己肯定感をより高められるようにその子どもの課題に合ったカードを貼るよう心がけています。ご家庭でもお子さんに合ったほめ方やほめるポイントを見付けてみてください。