

# 「元気いっぱい・笑顔いっぱい」



特別支援教育統括コーディネーター 加賀谷 勝



## 「子どもの意欲を高めるほめ方」

### はじめに

日頃から子どもと良好な信頼関係を構築していないと、ほめても空回りしたり、逆効果になったりします。信頼できる人からほめられるからこそ効果があります。子どもが当たり前の行動をしたとき＝普通にしているとき、「いいね、そのまま続けて」「うまくいっているよ、今のペースで」など、肯定する気持ちをこまめに伝えて、子どもの行動を後押ししましょう。

### 1 子どもの心に響くほめ方

#### (1) 感動詞を使う

- ・「ああ！（納得）」、「いい！（同意）」、「うーん（降参）」、「えーっ（驚愕）」、「おお！（感嘆）」などの感動詞は、心が動かされたという気持ちがダイレクトに表現できる。

#### (2) 行動をそのまま2回続けて言う

- ・「うん、書いている書いている」「おっ、読んでいる読んでいる」など、行動をそのまま実況中継のように2回続けて伝えることで、その行動が定着する。

#### (3) 形容詞を用いる

- ・「（考えが）深い」「（見方が）鋭い」「（器が）大きい」「（心が）広い」など、ひと味違うほめ方になる。

#### (4) 大人びた子どもには難しめの言葉を用いる

- ・「秀逸」「卓越」「傑出」「絶妙」「圧倒」などの言葉をあえて用いることで、子ども扱いしていないことを伝えることができる。

#### (5) できて当たり前と思わずに忘れずにほめる

- ・子どもに「～してほしい」と伝えた後、やって当たり前と思わず、「～してくれて先生はうれしい。ありがとう」とアイメッセージで感謝の気持ちを伝える。

#### (6) ノンバーバル（非言語的）なメッセージに気を配る

- ・どんなほめ言葉よりも、機嫌のよい大人の表情にはかなわない。子どもに安心感をもたらす。

### 2 ほめ方の三つのルール

#### (1) 60秒ルール

- ・行動の変容は、60秒以内の周りの対応が影響するといわれている。行動のすぐ後に、具体的にほめる。
- ・少しでもできたことをすぐほめる。（できた行動を強化し、定着できるようにする）

#### (2) 25%ルール

- ・結果（出来栄や能力）よりも、努力している過程に注目してほめて、モチベーションを上げる。「頑張ったね」→「頑張っているね、それでいいんだよ」

#### (3) 3回ルール

- ・人は同じことを3回ほめられると暗示にかかる。（その気になる）
- ・大好きな人にほめられると、更に効果はアップする。



### 3 ほめるタイミング

- (1) 活動に取りかかる前 「ノートを机の上に出しているね」
- (2) 活動に取りかかった瞬間 「そうだね、書き始めたね」
- (3) 活動に取り組んでいるとき 「もうここまで書けたね」「あと3行だよ」
- (4) 活動をやり終えたとき 「やりきったね」

### 4 ほめ言葉を更に強める動作

頭をなでる、笑顔で頷く、アイコンタクトを取る、ハイタッチやグータッチをするなどの動作は、それだけでもほめる気持ちが伝わる。子ども一人一人に合わせたほめ方を用意する。



### 5 ほめ効果を台なしにする言葉掛け

- (1) 他人と比較する（その子の過去と今を比較する）  
「〇〇さんはこの学級でもっとできるよ」「友達のKさんは頑張っているよ」
- (2) すかさず次の課題を与える（一つ一つの行動を認める）  
「今度は〇〇もできるようにならないと」「漢字が終わったから、すぐ音読もやって」
- (3) ほめ言葉の後に、嫌味を付け加える（よい行動のみに焦点を当てる）  
「きれいに片付けられたね。いつもこんなふうだといいんだけど」

### まとめ

いつもいい加減に配膳当番をしているAさん、今日は自分から進んでやりました。Aさんに、どのような言葉を掛けてほめますか。

- A 今日ちゃんとできたね。えらいね。
- B おかずをこぼさないで盛り付けたね。
- C 頑張ったね。明日からも忘れずにやろうね。



一般的にはBが正解です。理由は、よいところを具体的に分かるように伝えているからです。更に「ありがとう」と感謝の気持ちを伝えることで、「自分が人の役に立っている」ことが実感でき、もっとお手伝いしようという気持ちになったり、積極的に周りを見て困っている人を見付けられるようになります。子どもができていないときに叱ったり、注意したりするよりも、できたときにプラスの言葉を掛けます。ほめる手間を惜しむと、子どもの自己肯定感を高める機会を逃すこととなります。あなたは子どものよいところをすぐ言えますか。



○能代山本地区「5歳児健診」「5歳児親子相談会」がスタート（地域によって名称が異なる）

今年度も満5歳になる幼児（年中児）を対象とした「5歳児健診」が行われています。目的は、気になる幼児の早期発見・療育、保護者の子ども理解の促進、関係機関の連携強化です。健診で気になった幼児については、保護者に専門機関の利用を勧めたり、就学時健診につなげたりします。就学前から学校卒業後まで、切れ目ない支援を実現するために、健診で指摘を受けた幼児を入学前に療育する場の確保と、保護者の気づきが課題です。

○「無言の間、無言の仕草」

園や学校訪問の玄関で、互いに「お世話になりました」「ありがとうございました」と挨拶を交わします。少し間を置き、玄関を出て再び振り返ったとき、互いに無言でお辞儀をする瞬間に心が通い合ったと感じます。電話も相手が受話器を置いたことを確認してから、静かに受話器を置くようにしたいものです。無言の間、無言の仕草に心を込めましょう。