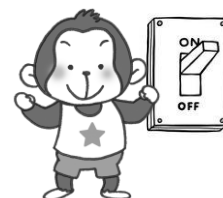




カウンセラーだより

スクールカウンセラー きた やま まさ み
北 山 雅 実

子供の「やる気」を起こすコツ



子供に対して「結果」に期待し、「結果」ばかりを評価していると・・・

- ① できると思うものしかチャレンジしなくなる
- ② 手に入れたいご褒美があるときしかチャレンジしなくなる
- ③ ズルやウソで「結果」を手に入れようとするためルールを守らなくなる

つい「結果」ばかりが気になり、他人と比較して評価してしまいがちですが・・・

- ① できて当たり前のようなことでも、がまんできたことを一緒に喜ぶ
- ② ちょっとでもその子なりに頑張っていることを応援する
- ③ 最後まで投げ出さずに取り組んだことを評価する

ということを意識しながら、子供の努力を認め、「よくがんばったね」と伝えてあげます。

そして、今できていることに注目し、評価してあげることで勇気付けられ、「やる気」を起こすきっかけとなるようです。

また、子供が失敗したとき(約束を守れなかったときなども)に、叱るばかりでは、ダメな自分を強調され、色々なことにチャレンジする勇気をくじかれてしまい、「やる気」を失っていきます。

大切なことは、失敗した「あなた」が悪いのではなく「やり方」が悪かったと伝え、その失敗がこの先どうしたら活かされるのかを、わかりやすく話し合い、今後のやり方を決めることです。そのとき、「～はいけなかったけれど～は良かった」と、行動の善悪を整理してあげることで、子供の存在価値は保たれ「やる気」を失うことはないでしょう。

子供は「自分を叱る人」＝「自分をきらいな人」と思いがちです。たとえ、「あなたのために」や「愛情たっぷりな気持ち」で叱っていても、子供からするとそれは、叱るための言い訳にすぎないのです。叱った分以上に子供の存在を認める言葉かけや、態度を見せたいと思います。

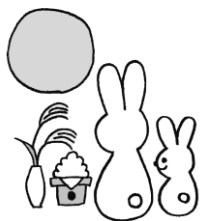
「～してくれてありがとう」や「あなたがいてくれて助かるよ」などの言葉かけは、自信をなくしている人への何よりの勇気づけとなり、「やる気」を引き出します。

子供が本来持っている「やる気」を引き出し、ご家族の関係がよりよくなることを願っています。

【 2学期の相談予定日 (毎回水曜日) 9:00 ~ 13:00 】

| 9月 | 10月 | 11月 | 12月 |
|----------|----------|---------|-----|
| 13日, 27日 | 11日, 25日 | 8日, 29日 | 13日 |

相談を希望される方は学級担任または相談担当 山本までご連絡ください。Tel 52-5201



カウンセラーだよ

スクールカウンセラー きた やま まさ み
北 山 雅 実



怒りの正体は何？

ひと おこ 人が怒っているとき、その人の心の中には、もっとちがう気持ちがかかれています。

たとえば、仲間はずれにされて怒ったときは「悲しい」。バカにされて怒ったときは「くやしい」。思い通りにいかなくて怒ったときは「がっかり」などです。

じぶん おこ 自分が怒っているときに、どうして怒っているのか自分の心の中にある本当の気持ちを探してみましょう。それが見つかったら、それを言葉にして伝えてみましょう。

 「わたしはかなしいよ」 「ぼくはくやしいんだ」というふうに。

それでもついムツとして、怒りがおさまらなかつたら、いったんその場から離れたり、

あいて め 相手から目をそらしたりします。深呼吸をして気持ちを落ち着けるのもよい方法です。

いかに つか ほんとう きも つた 怒りだけを使っても本当の気持ちは伝わらず、相手とはよい関係にはなれません。

でも、お互いを尊重し謝り合えたなら、よい関係になれるかもしれません。

おとな こ おこ ほんとう きも つた 大人も子どもも怒らずに、本当の気持ちを伝えることができるといいですね。



【 2学期の相談予定日（毎回水曜日） 9:00 ～ 13:00 】

| 9月 | 10月 | 11月 | 12月 |
|----------|----------|---------|-----|
| 13日, 27日 | 11日, 25日 | 8日, 29日 | 13日 |

相談を希望される方は学級担任または相談担当 山本までご連絡ください。Tel 52-5201