

ほめほめシート

子どもたちがイキイキと成長していくためには、多くの人から認められ、いろいろな場面で好ましい行動がとれるようになることが大切です。

- ▶ お子さんがしている行動の中で これからも続けて欲しいこと、もっと伸ばして欲しいことは何ですか？
それを増やすために必要なのは・・・「ほめる」ことです。
- ▶ 「ほめる」ことが効果的であるために いくつかのコツがあります。
具体的な行動をほめる
子どもがうれしいやり方でほめる
言葉だけでなく 視線 表情 ジェスチャーも使う
- ▶ 周りの人たちにも同じように対応してもらうことで 子どもに「好ましい行動」が伝わりやすく 子どもがほめられるチャンスが増えていきます。このシートに記入して たくさんの人に知ってもらいましょう。



◆◆ 書き方の例 ◆◆

ほめたい行動	子どものお名前	子どものお名前
・これからも伸ばしてほしい ・続けて欲しい ・増やしたい	<u>例) ナラシド</u> が喜ぶ ほめ方(言葉かけ)	<u>例) ナラシド</u> が喜ぶ ほめ方(立ち振る舞い)
<u>例) 宿題を終わらせる</u>	<u>例) 「もう宿題を終わらせたなんて、すごいね！」</u>	<u>例) (子どもの視線に応じて) うなづいて見せる</u>
<u>例) 兄弟と仲良く過ごす</u>	<u>例) 「弟にもゲームを貸してくれてありがとう」</u>	<u>例) 手でOKサイン👌を作ってみせる</u>

◆◆ほめるコツ◆◆

- ・出来て当たり前と思われることでもほめられることでそれを続けられるようになります。
「こんなことでほめても良いのかな？」と思うことに対してほめてあげて良いんです！
- ・“〇〇できたね”という具体的な行動を言葉にして伝えてあげましょう。
- ・最後までできた行動だけではなく、行動を始めたらすぐにほめてみましょう。
- ・その子がうれしいと思えるやり方で伝えてあげましょう。
- ・思春期の子どもは、大げさなほめ言葉をかけられることを嫌がる場合もありますので、さりげなく(けれど、具体的に)伝えてあげると良いでしょう。