

ほめるテクニックであなたも  
ほめ上手！

# 愛育だより

平成30年7月

## ほめるってどういうこと？

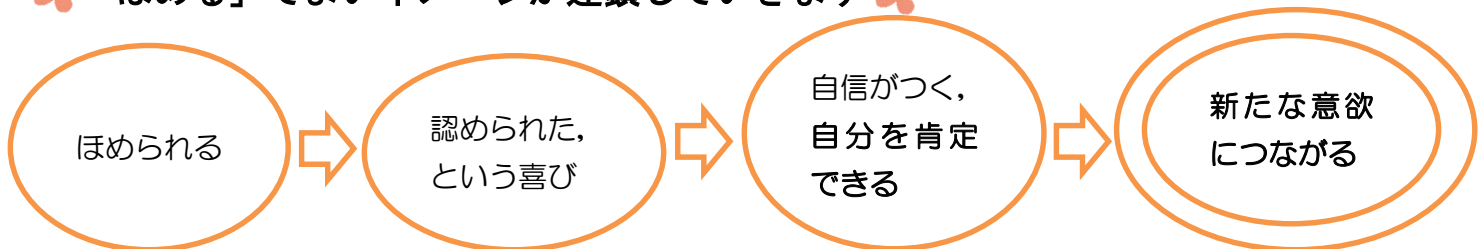
ほめるとは、「それはよいことだよ」というポジティブサインです。そして、もともと備わっている「子どもの育つ力」を励まし、発達に応じたサポートをしながらよい方向へ導くための表現方法です。

### なにをほめたらいいの？

よい結果や大きな変化が見られたときだけでなく、大人目からみてできて当たり前と思うようなこともほめる対象です。子どもにとっては「できてうれしい」ことを、大好きな家族に「できたね」と認められることは、ポジティブな経験となり次の行動への意欲につながります。



### 🌸「ほめる」でよいイメージが連鎖していきます🌸



### どうやってほめたらいいの？

ほめて育てることがいいとわかっているのに、子育てしているとつい注意が先に口を出してしまうもの。しかし、「いいな」「がんばったな」「またしてほしい」と思った行動はすかさず言葉や態度で表現してほめるようにしてみましょう。

心で思うだけでなく「〇〇できたね」と行動を承認し、さらに「うれしい」「ありがとう」など、あなたの気持ちを伝えることも忘れずに！



### 🌸 4つのテクニックでほめ上手！！ 🌸

今できていることをみつけてほめる

日頃から子どもがしていることに目を向けてみましょう。

いいな、と思ったそのときにほめる

「いいな」と思ったらほめ時です。結果だけでなく、頑張りのプロセスもほめるようにしましょう。

ほかの子と比べず、過去からの成長をほめる

過去の自分から伸びたところをほめられ、成長を認めもらったほうが今後の励みにもなります。

ほめっぱなしにせず、次の行動を見届ける

昨日できていたことでも、今日またできていたら繰り返し何度もほめていいのです。

わくわくサークルのご案内

☆予約はいりません。当日会場へお越しください。

日時：平成30年7月25日(水) 10:00~12:00 場所：西庄公民館  
参加料：無料 内容：モバイルとおやつ作り  
持ち物：コップ・深めの小皿・フォーク

坂出市母子愛育連合会