

子どもとの関わり方の一助となる言葉を発信していきます

～「怒る」と「叱る」～

二学期の真ん中は、子どもたちの問題が表面化しやすい時期です。楽しい行事が終わり、授業ばかりの日々が続くと、子どもも“イライラ”しやすいです。ご家庭では、いかがでしょうか？

感情的になる状態が“怒る”状態です。大人の気持ちが、冷静になっているときは“叱る”かもしれません。感情的になると、恐怖や圧ばかりが伝わりやすく、本当に伝えたかった事が伝わりにくいです。



叱る場面を減らすために、ひと工夫しましょう。

- ① 認めようとしている（ほめようとしている）目標は、高すぎませんか？

例：「お兄ちゃんは ○オで出来たのに。あなたは…」

⇒その子 その子で 違いがあるようです

- ② 感情コントロールの良いお手本としての 親さんのお姿はいかがですか？

一番は、子どもが、感情コントロールできたときに、しっかりほめる

例：「○○ちゃん、よく我慢したね」

- ③ 行動の事実を伝える。背景の気持ちの理解

例：「イライラした気持ちは、分かるよ。でも、だからと言って、叩くのは良くないね。

イライラしたときは、今みたいに気持ちを言ってちょうだい」

ポイント★行動は× でも、子どもの存在は否定しない。（人格否定しない）

- ④ 語りは、コンパクトに

ポイント★子どもの

視線に、楽しいこと

や刺激的なことがあ

る環境や心が落ち

着いていない時に話

しても、効果が薄い。

～ 怒ると叱る ～

大人が落ち着くことが大前提

6秒 我慢すると

人は 落ち着くことができるそうです

○ 子どもに対する 期待値

目標が高すぎる…

○ 大人が見本（感情コントロールも

よいお手本もすべて 見て学ぶ）

○ 行動の事実を伝える

（大切なこと…背景の気持ちの理解）

○ 子どもへの語りは

具体的で わかりやすく 短く、今に焦点を