



〒270-1516

千葉県印旛郡栄町安食938-1

ふれあいプラザさかえ 1階

子育て包括支援センター 子育て相談員

URL <http://www.town.sakae.chiba.jp/>

Eメール [kosodate@town.sakae.chiba.jp](mailto:kosodate@town.sakae.chiba.jp)

## やる気を促す言葉かけ

～大阪 浦入智子さん（おかん塾より）～

主体的に生きる子ども 「～したい!」という主体的な欲求

●あそびたい

●うまくなりたい

●負けたくない

●認められたい

●仲良くなりたい

●好かれたい

●役に立ちたい

…………

これ、全部「やる気」 人間はもともと「やる気」に満ち溢れています。

自分から考えながら社会の中で生き生きと幸せに生きる子ども

実は「やる気」というのは、根っこにある求めるものによって2つに分けられます。

### ① 外発的やる気

がんばることで評価やご褒美を得ようとするやる気

### ② 内発的やる気

やっていることの内容自体に面白さや充実感を感じるやる気



### ② の「やる気」の方が集中力が増し、よい結果が出ます

「〇〇を得るために」ではなく、

「好きな〇〇がある」「新しいことを知りたい」 これこれ!

ここを意識した子育てをしたい。

そのためには毎日のコトバが大切。



せっかくの内発的なやる気がほめ言葉ほしさ＝外発的やる気にシフトチェンジしてしまうことも。子どもは親の「コトバ」の影響を受けています。

子どもの年齢、性格、シチュエーション…みんなそれぞれ違います。

この子にはどんな言葉かけが心に届くのだろう?とを考えてみてください。

心の余裕ってとても大事。余裕がないときに心無い言葉を口にしてしまいがちです。できれば、この余裕のないときにこそ、怒りをグッとおさえて言葉かけをしたいもの。訓練かな!?

怒っているときのアドレナリンは4～6秒と言われています。カーッとになったら深呼吸して6数えてみる、一瞬違う場所を眺めてみる…それだけで言葉の出方が変わると思います。でも親だって人間です。もし、言いすぎたな、と思ったら、素直に子どもに「ごめんね」と謝ることができる人でありたいです。