

2 親として子どものためにできること いつも前向きに

子どもたちが言うことを聞かないとき、前向でいるのは難しいことです。たいていの場合、「やめなさい！」と叱ってしまうことでしょう。ところが、私たちがポジティブになって物事をきちんと伝え、それが守れたら褒めるようにした方が、子どもたちは言うことを聞くものなのです。

ポジティブに伝えることを意識しよう

- ▶ 子どもたちに何かするように伝えるときは、ポジティブな言葉を使うようにしましょう。例えば、「洋服を片付けてみようか」「散らかさないで」ではなく

すべては伝え方次第

- ▶ 大声を出して叱ることは、あなたと子どもにとってストレスとなります。腹が立つこともあるでしょう。子どもの名前を呼ぶことで注意を向けさせ、落ち着いたトーンで話しましょう。

子どもたちをたくさん褒めてあげよう

- ▶ 子どもたちが良いことをしたときは褒めるような心がけましょう。表立って見せませんが、同じような良い行動を繰り返しているのを見かけるはずです。親がその行動に気づくことが、子どもたちに安心感を与えます。



現実的になろう

- ▶ 子どもたちは親が言ったことを実際にすることが出来ますか？ 子どもにとって、一日中屋内で静かに過ごすことはとても難しいことです。ただ、あなたが電話をする15分間くらいは静かにしていられます。

友達とつながってられるように手助けしよう

- ▶ 特に中高生にとって、友達と連絡を取り合えることは重要です。子どもたちがSNSやその他安全な距離を保ってつながってられるように、手助けしましょう。これも子どもたちと一緒にやれることです。

関連リンク

[世界保健機関](#)

[ユニセフ](#)

[他の言語](#)

[参考文献\(英語\)](#)

