スクールカウンセラーだより

令和７年　９月号

「ちょっとマシな子どものほめ方」其の②

今回のスクールカウンセラー便りは、宮井の担当です。前回のテーマは「ちょっとマシな子どものほめ方」でした。一見簡単に思えるほめ方ですが、使い方を間違えると、更に関係が悪くなることもあります。具体的に、ほめること、できるだけ主語を意識してほめることをお勧めしました。

今回は、間接的にほめることの効果をお伝えします。言い回しは、ほめ言葉の後に、「どうやったの？」とこちらから尋ね返すことです。「あなたがやったのよ」ということを間接的に伝えるわけです。ストレートにほめることも大事ですが、どうも人間は間接的なメッセージに、より心を動かされる傾向があるようです。同じように、「その服むちゃ似合ってるね」とほめるのも良いですが、「その服どこで選んだの？よかったら教えてよ」と言うと、間接的にその人のセンスの良さも含めてのほめ言葉になるようです。もちろん、大前提は子どもの良さ、ほめ所を見つける眼差しが大事なわけですが。

これからも、宮井のスクールカウンセラー便り担当回では、家庭生活における親子関係のあるあるな場面を取り上げ、ちょっとマシな対応について、考えていこうと思います。スクールカウンセラーのみならず、心理士と言われる人の仕事は、人間関係の悩みごとに関する相談がほとんどです。そして、世の親御さんの悩みは、自分の大事な子どもたちに、「こういう風になってほしい」「これはやめてほしい」「ここがすごく心配」という思いがうまく届かないことです。この親御さんの希望自体は、至極真っ当なものです。思いが強すぎて、カウンセラーに子どもを良い方向に変えてほしいと懇願される方もおられます。しかし、相談に来られているのは、お母さんだけで、当の子どもさんにはお母さんは内緒で来られている場合も多い。仮に子どもさんが、来られたとしても、子どもさんには子どもさんなりの希望があります。カウンセラーが魔法の杖でも持っていれば、お母さんの思い通りに、子どもさんを変えることができるのですが。アニメの世界でもないので、難しい。

私なら、こうしたご相談対して、お母さんの思いはきちんと受け取ります。そして、お母さんとお母さんが出来ることから一緒に考えます。それも、「子育てを根本から変える」的な大仰なものではなく、ちょっとマシな対応を目指したり、ダメもとでやってみるちょっとした実験みたいなことをご提案したりします。そうです、親御さん自身のコミュニケーションのスキルアップを目指すのです。まずは、相談に来られた親御さんに、小石を投げてもらうこと（行動を起こすこと）から始めます。そう言われると、ちょっと気分が楽になりませんか？あるあるな場面に対する具体的なスキルアップについては、次回以降に順にお伝えしていこうと思います。

相談予約は、完全予約制となっています。開設日時は、学校にお問い合わせください。初回のご予約は、学校の先生を通じてお申し込みください。２ 回目からは相談室で直接予約していただけます。

※上記の内容は、ほぼこの本からの受け売りです。
「家族が変わる子育てが変わるコミュニケーションのヒント」 岡田隆介著　明石書店

～ご予約について～
月、水、金の完全予約制です。初回のご予約は先生を通じてお申し込み下さい。２回目からは相談室で直接予約していただけます。

皆様のご来室を、心よりお待ちしております。

スクールカウンセラー　宮井　研治