

Dr.ひろみの

# ハッピー子育てひろば



☆プロフィール☆  
鈴木 裕美(すずき ひろみ)  
香川大学医学部 小児科専門医

みなさん、こんにちは。寒くなってきましたが、お元気でお過ごしですか？毎回お付き合いくださりありがとうございます。今回は前回に続き

「生きる力（非認知能力）を育てる」ために大切なこと**その②**

をお届けします。



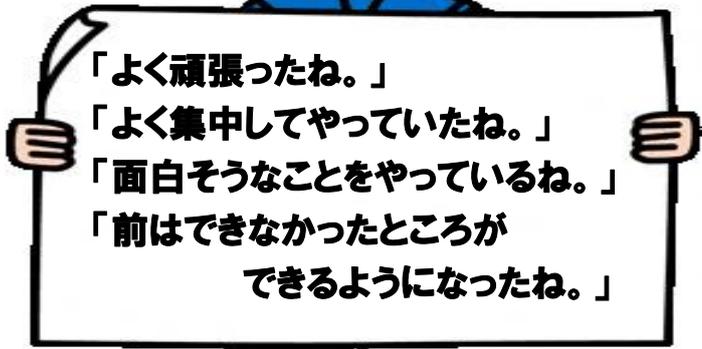
## 経過にフォーカス！ 結果にこだわらない



経過に  
注目しよう

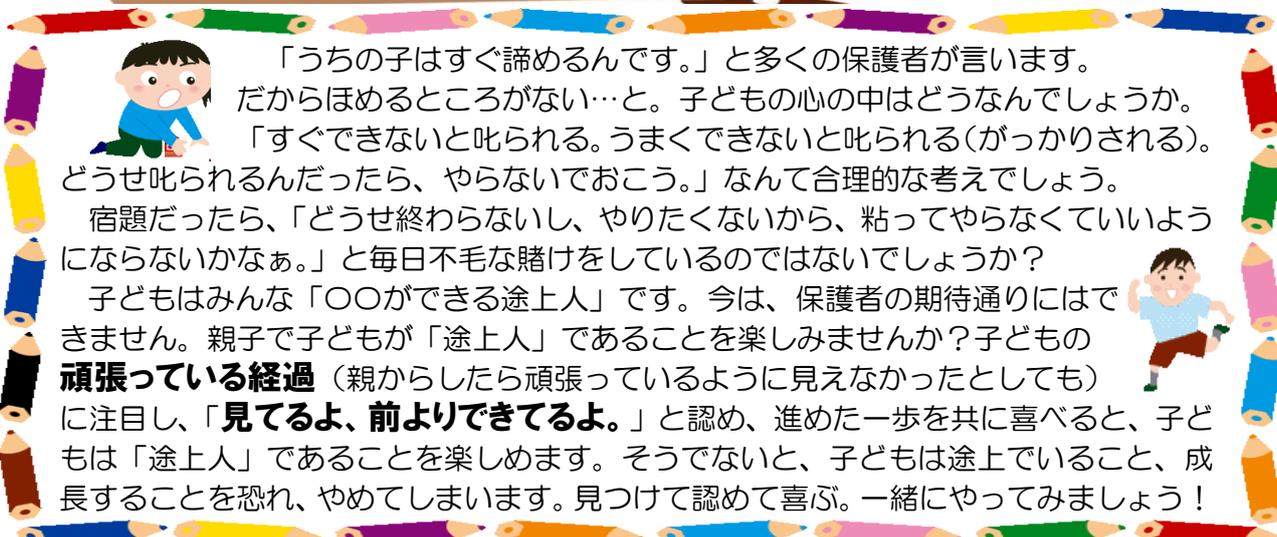


子どもに  
伝えたいメッセージ  
結果より、  
頑張ったことが  
大事だよ。



「よく頑張ったね。」  
「よく集中してやっていたね。」  
「面白そうなことをやっているね。」  
「前はできなかったところが  
できるようになったね。」

子どもへの声掛けで重要なことは、取り組んでいること自体を評価すること、**進めた小さな一歩に親が気づき、ほめること**で子どもの脳に「いいね！スタンプ」を押してあげることです。宿題が親の期待する時間内に終わらなかったとしても、学校から帰ってきて疲れているのに、机に座って教科書を開いたこと、昨日は書けなかった漢字が一つ書けるようになったこと、難しい縄跳びをやってみようとしたこと。結果にこだわらず、経過にフォーカスすれば、ほめることは山ほどあります。「いいね！スタンプ」がドーパミンを出し、子どものやる気エンジンがブンブン動き出します。



「うちの子はすぐ諦めるんです。」と多くの保護者が言います。だからほめるところがない…と。子どもの心の中はどんなのでしょうか。「すぐできないと叱られる。うまくできないと叱られる(がっかりされる)。どうせ叱られるんだったら、やらないでおこう。」なんて合理的な考えでしょう。宿題だったら、「どうせ終わらないし、やりたくないから、粘ってやらなくていいようにならないかなあ。」と毎日不毛な賭けをしているのではないのでしょうか？子どもはみんな「〇〇ができる途上人」です。今は、保護者の期待通りにはできません。親子で子どもが「途上人」であることを楽しみませんか？子どもの**頑張っている経過**（親からしたら頑張っているように見えなかったとしても）に注目し、「**見てるよ、前よりできてるよ。**」と認め、進めた一歩を共に喜べると、子どもは「途上人」であることを楽しめます。そうでないと、子どもは途上でいること、成長することを恐れ、やめてしまいます。見つけて認めて喜ぶ。一緒にやってみましょう！