

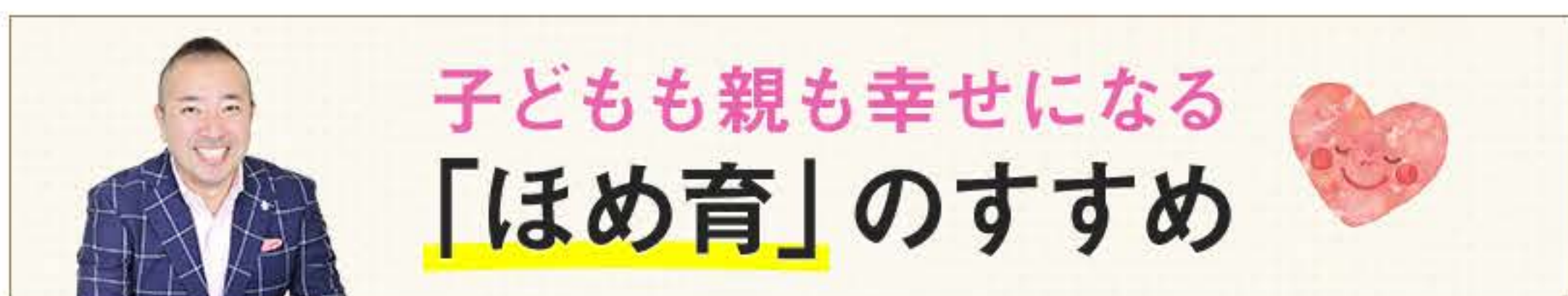
## ぐんと成長する！夏休みだからこそできる「お手伝い」のススメ

子育て・しつけ 2019/06/28 □ 子どもも親も幸せになる「ほめ育」のすすめ

ツイート

いいね! 0

友だちに教える



今回のテーマは「夏休みのお手伝い」です。

子どもにお手伝いをさせたい、でも自分でやったほうが早い…、そう考えるママも多いでしょう。お手伝いは子どもを一気に成長させるチャンス。時間の余裕がある夏休みに、取り組んでみませんか？

今回は、夏休みだからこそできるお手伝いや、子どもの成長につながるほめ方のポイントをお伝えします。

### 水を使ったお手伝いも、夏ならしやすい！

暑い夏は、水を使ったお手伝いがしやすい季節です。お風呂掃除や植木の水やりなどを任せてみてください。おじいちゃん・おばあちゃんの家に行く機会があれば、肩たたきや庭の草むしりもいいでしょう。旅行やキャンプに行くなら、自分で荷造りしたり、テントを一緒に張ったりといったお手伝いもいいですね。

お手伝いはすべて子どもだけで完結させる必要はありません。夏休みなら少し時間がかかるお手伝いも可能です。親子で一緒に洗車をしたり、家中の窓をピカピカに拭いたりするのもよいでしょう。ただし「時間がかかるから」と、親が手を出しすぎないようにしましょう。ほとんど全部「自分でやった！」と感ずることが、子どもの達成感につながります。



### 子どもを伸ばすには？ ほめるための3つのポイント

お手伝いを成長につなげるためのポイントは、とてもシンプルです。「お手伝いをすると、喜ばれるのだ！」と実感する経験を、ひとつでも多く積み重ねること、これが大事です。

子どもは“できたこと”が認められるとうれしいもの。大人にとっては簡単な作業でも、子どもにとっては大きなチャレンジです。お手伝いできたら、たっぷりとほめてください。自分が責任をもって役割を果たすことで、「すごいね」「ちゃんとできたね」とほめてもらうことが、子どもの自信につながります。ほめられた体験が多くなればなるほど「頼りにしてほしい！」という気持ちが子どもに芽生え、責任感や積極性も育まれるのです。

ほめる上で意識したいポイントを3つ紹介します。

#### 1. 心からの感謝を伝える

「助かったよ！ 本当にありがとう！」と、心から感謝の気持ちを伝えることが大切です。子どもは「こんなに喜んでもらえるなら、またお手伝いしたい！」という気持ちになり、自主的に“ほめられる行動”をし始めます。

#### 2. 過程をほめる

結果ではなく、過程をほめることを重視してください。昨日よりも“できるようになったこと”をほめることも大切です。たとえばお風呂掃除なら「汗だくになるほどしっかり磨いたね！」「昨日よりも、すみっこがピカピカにできたね」などとほめてあげましょう。

#### 3. お手伝い後にすぐほめる

ほめる言葉は、お手伝いが終わったらすぐにかけるのが大切なポイントです。抱きしめながら、最高の笑顔でほめましょう。ほめられるたびに子どもは自信を深め、できることが増えていく喜びを感じます。

お手伝いをすると笑顔につながって、「ありがとう」と言われるし、ほめられるし、楽しい！ 子どもがそう思えるような機会を、この夏たくさん作ってあげてくださいね！



#### 今日からできる！ほめ育ワンポイントアドバイス

お手伝い後のご褒美はあげてもOKです！「好きなおやつ」や「テレビを見る」など、物質的なご褒美でも、「一緒にお風呂に入る」「絵本を3冊読んであげる」など、精神的に寄り添うご褒美でも構いません。小さなご褒美を継続して与えると、やる気につながりますよ！

#### PROFILE



##### 原 邦雄（はら・くにお）

株式会社スパイラルアップ・一般財団法人ほめ育財団代表

世界10ヶ国に広がる“ほめ育【Ho-Me-I-Ku】”を世界共通語に！

世界中の人たちを輝かせる！をミッションに掲げ、子どもの教育にチャリティーをすることを目的に、「一般財団法人 ほめ育財団」を設立。

大手コンサルタント会社で活躍後、飲食店の洗い場で4年間住み込み修行。多数の現場で培った経験と、脳科学・心理学をミックスした教育メソッドは、大人だけではなく幼児教育にも活用できるとして、国内外200社に導入され、のべ100万人以上の成長に繋がる。

ハーバード大学やザ・リッツ・カールトンホテルでのセミナーをはじめ、年間200回以上の講演を行う。著書は5冊。テレビ朝日「報道ステーション」やNHK、TV東京の池上彰氏特番にも登場。