

それいけ！ましきっ子

自己肯定感を上げよう！③

キーワード **子どもへの期待値を下げてみる???**

期待値が高いと…… 「これぐらいできて当たり前」「もっと頑張れるよね」
などと言ってしまうと、子どもは「どうせ何をやっても満足されない」と感じてしまう。



なので！
期待値を少し下げよう

期待値を下げるのは「あきらめる」ことではありません。今のその子のままだをいったん受け止め、子どもが挑戦した事やさらに成長したところを認めることが大切です。「ここまでよくやったね」「すごいね」と認めてもらうことで子どもは「自分は認めてもらえている」と安心し、さらにその一歩先へと踏み出せるようになるでしょう。

大切なのは

子ども自身に目標を設定させること

出来たら、「やったね」「頑張ったね」「すごいね」と認め、出来なかったら、「残念だったね。じゃあ、次はどうする？」と、**自分で決めさせる**ようにします。



すると、出来ることがだんだん増えて少しずつ自信をつけながら成長できます！！

得意なことを伸ばすことに注目し、苦手なことはあたたかく見守りましょう
(得意なことが伸びてくると苦手なことも自然と伸びてきます)

毎日の生活の中でこれらを徹底させるのは難しいことですが、少しずつでも繰り返すうちに、きっとお子さんが変わっていくのが実感できるでしょう。子ども達だけでなく周りの方々もいきいきと生活していけることを願っています。