## ① ケンカしたとき

いつもは…
なんで
ケンカしたの？

たとえば…
ほんとは
どうしたかったの？



### 子どもの気持ちを聞いてみましょう

「どうして？」よりも、「どうしたかったの？」と聞くことで、子どもが自分の気持ちを言葉にしやすくなります。
気持ちを受け止めてもらえると、落ち着いて考える力が育ちます。


橋本市　家庭児童相談室
0736-33-2111
平日 9:00～16:00


## ② 泣いているとき

いつもは…
泣かないで！

たとえば…
泣きたい時も
あるよね



### どんな気持ちも大切です

泣くことは、気持ちを外に出す大切な方法です。「泣かないで」と止めるのではなく、「泣きたい時もあるよね」と気持ちを受け止めることで、子どもは安心して、落ち着くことができます。


橋本市　家庭児童相談室
0736-33-2111
平日 9:00～16:00


## ③ 支度が遅いとき

いつもは…
早くしなさい！

たとえば…
もうすぐ出る時間だよ。
どんな順番でやる？



### 自分で考える力を育てます

「早く！」と言われると、子どもは焦ってしまいます。「どんな順番でやる？」と一緒に考えることで、自分で見通しを持ち、行動する力が育ちます。


橋本市　家庭児童相談室
0736-33-2111
平日 9:00～16:00


## ④ できないとき

いつもは…
なんでできないの？

たとえば…
どこがむずかしい？
一緒にやってみよう



### 安心して挑戦できるように

「なんでできないの？」は、子どもを追い詰めてしまいます。「どこがむずかしい？」と聞き、一緒に考えることで、安心して取り組み、少しずつできるようになる力が育ちます。


橋本市　家庭児童相談室
0736-33-2111
平日 9:00～16:00


## ⑤ ゲームやスマホやめられないとき

いつもは…
いいかげん
やめなさい！

たとえば…
今はやめる時間だよ。
次はいつできるかな？



### 気持ちによりそいながら生活のリズムをつくりましょう

「やめなさい！」だけでは、子どもは反発しやすくなります。「今はやめる時間だよ」「次はいつできるかな？」と伝えることで、気持ちの切り替えがしやすくなり、生活のリズムを整える練習になります。


橋本市　家庭児童相談室
0736-33-2111
平日 9:00～16:00


## ⑥ 失敗したとき・うまくいかないとき

いつもは…
なんで
そんなことしたの！

たとえば…
がんばったね。
どんなところが
むずかしかった？



### 結果よりも気持ちを受け止めましょう

うまくいかなかったときは、責めるよりも、まず「がんばったね」と気持ちを受け止めましょう。「どんなところがむずかしかった？」と聞くことで、次にどうするかを一緒に考える力が育ちます。


橋本市　家庭児童相談室
0736-33-2111
平日 9:00～16:00