



スマイル子育て便り

釧路市児童発達支援センター 令和4年12月28日発行 No.17

食事場面での対応に困っている方が多いようです。立ち歩きなどの不適切な行動に親は目を向けてしまいがちですが、『ほめ方』を工夫すると自宅での食事が楽しい時間になります。

今回は『ほめ方のポイント』について紹介します。

ほめ方のポイント1

ほめるときは『声や表情』などに気をつけましょう

- 子どものそばで（遠くからほめても、伝わりません）
- 視線を合わせる（無理矢理する必要はありません）
- 明るく穏やかに
- 表情豊かに



ほめ方のポイント2

『子どもの行動を具体的に』ほめましょう

- 「座って食べているね」
- 「スプーンで食べているね」
- 「1人で食べているね」
- 「口を開けて食べているね」

ほめ方のポイント3

『子どもの好きなほめられ方』でほめましょう

- 大きさにほめられるのが嬉しい
 - 頭をなでられるのが嬉しい
 - そっとほめられるのが嬉しい など
- どんなほめられ方を子どもが喜んでいるか、よく観察してみましょう。



ほめ方のポイント4

『皮肉・批判』は言いません

- 「いつも座って食べれば良いのに・・・」
- 「好きな物しか食べないのね」

NG

立ち歩きをする → 一瞬でも座ったときはほめるチャンスです。

「座った瞬間をすかさず」ほめてください。

好きなものだけを食べる → 「おいしいね、いっぱい食べているね」とほめてください。

手づかみで食べる → 「一人で一生懸命食べている姿」をほめてください。

集中できず時間がかかる → 食べている最中に「食べているね」とほめると、食べるという行動が継続されます。

♪ほめることで楽しい食事の雰囲気を作ることができ、子どもが食事の時間を楽しいと感じます♪



※ 伝え方やほめ方のポイントなど、これまでのスマイル子育てだよりは釧路市HPに掲載しています。

(<https://www.city.kushiro.lg.jp/kosodatekyouiku/kosodate/1005280/1005394/1005403/1007371.html>)

※ 質問や相談がありましたら、気軽に児童発達支援センター職員に声をかけてください。

◇ 地域支援相談担当 44-3555

◇ 野のはな園 44-1022



スマイル子育てだより
バックナンバーはこちら