

相談室だより

家庭版

相談室だより<家庭版>

発行：酒田市教育相談室

酒田市総合文化センター 2階

電話 0120-783-042
24-3650

子育て こまっていますか？

教育相談室では、3名の相談専門員が
電話相談・来室相談を行っています。

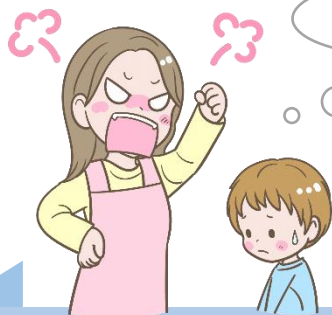
対象：小中学校の児童・生徒本人・
保護者・家族・教職員など

相談時間：平 日9時半～18時
土曜日9時半～12時半まで

★酒田市教育相談室の<相談室だより>は月1回、学校向けに教育相談情報を発信してきました。

★今回は<家庭版>として、ご家庭での子育てのために、お役立ち情報をお伝えしていきます。

パパ&ママの なやみごと



「勉強しなさい」「早くしなさい」
「ちゃんとしなさい」

- ★ゲームやYouTubeなどをしている「宿題は？」と聞いても「あとで…」と言って、なかなかやらないのです。
- ★散らかしっぱなし、脱ぎっぱなしで、片づけができません。
- ★約束したことを、守らないことがよくあります。
- ★ダラダラしていて、入浴や就寝の時間が遅くなります。

こんな時に、よく言いがちなこの言葉は、実は

【**子供が勉強しなくなる NG ワード**】なのです。

躰(しつけ)や習慣づくりも叱っている身につかないのです。

大声での叱責・叩くなどは、逆効果。虐待になることも。

理由は、【勉強しなさい、などの NG ワード】を言われるたびに
脳からドーパミン※などの**やる気ホルモン**が出なくなるからです。
叱られるたびに、子どものやる気はどんどんなくなるのです。

※ドーパミン

脳から分泌される神経伝達物質。情報の運搬役。
やる気・幸福感・感情・意欲・思考の向上に関与。

ポジティブな言葉をいつも言われていると、

- ⇒ 安心感が生まれ、⇒ 意欲が高まり
- ⇒ 集中力がアップします。
- ⇒ できることが色々増えてきて
- ⇒ 褒められることが増えます。
- ⇒ **やる気がでて** ⇒ 勉強が楽しくなります。
- ⇒ どんどん勉強するので
- ⇒ 学力がアップして ⇒ **夢の実現につながります。**



ポジティブな言葉でやる気ホルモンを出そう！

野球のヤクルトが日本一になったときの合言葉<絶対大丈夫>が
話題になりました。ポジティブな言葉を声に出して言うと、
脳からやる気ホルモン(ドーパミン)が分泌されるのです。

すごいね。
いいね。
さすがだね。
一人でできたね。
ありがとう。