

- 타이틀 : 아이의 「자신감」 과 「의욕」 을 쑥쑥 북돋는 책
- 저 자 : 하라다 아야코
- 페이지 : 224
- 장 르 : 육아, 아이의 성장
- 발행일 : 2014년 1월 31일
- ISBN-13 : 9784839948153

정리, 숙제, 도와주기..... "스스로 할 수 있는 아이"가

되는 부모의 자세와 언어사용은?

여러 가지에 적극적으로 도전해 나가는 아이로 성장하게

하기 위한 부모의 역할은 「자신감」 과 「의욕」 을 길러주기!



<내용 소개>

이 책은 원래 초등학교 교사이며 육아 강좌의 강사, 그리고 현역 엄마인 저자가 아이의 자신감, 스스로 여러 가지에 도전하려고 하는 의욕을 키우는 데 효과적인 "용기북돋기"에 대하여 엄마의 마음으로 해설한 1권.

정리도 안 하고 좀처럼 숙제에 착수하지 않고 준비물을 잊어버리는 등 아이의 곤란한 행동에 대한 구체적인 대응책도 실려 있으므로 읽고 곧바로 실천할 수 있습니다.

또한 아이를 격려하고 "자신감"과 "의욕"을 끌어 내기 위해서는 무엇보다 엄마의 마음이 용기의 에너지로 가득 차있는 것이 중요합니다. 이 책의 뒷부분에는 엄마에게 용기를 주는 방법, 마음을 편안하게 하는 해지 사고 방식에 대해서도 써 있으므로 읽으면 힘이 생겨 육아에 적극적으로 임할 수 있게 될 것입니다!

<저자 소개>

하라다 아야코

용기의 부모 교육 전문가, (주) HeartySmile 대표이사

1974년생. 사이타마현 거주. 두 아이의 어머니. 사이타마현 공립 초등학교 교사 시절 아이를 성장시키는 데에는 어머니 자신의 마음이 생기 가득한 것이 중요하다고 인식하고 교사 은퇴 후 "용기"를 기반으로 한 육아 강좌, 강연 활동을 개시. 아이의 관계에 관한 것뿐만 아니라 어머니의 마음의 본연의 자세에 초점을 맞춘 기존 강좌는 「자신에게 자신감을 가지게 된다」 「마음이 건강해진다」 「육아에 망설임이 없어졌다」 「아이가 바뀌었다」 등의 호평으로 관동뿐만 아니라 전국 각지에서 수강생 다수. 6년 동안 총 8000명 이상에게 용기와 격려를 전하고 있다 (2013년 12월 현재).

아이와 어머니가 동시에 배우는 「격려 부모 교실」은 아이의 학습 의욕을 높이는 것과 동시에 부모가 자녀에 접하는 방법을 실제로 보고 배울 수 있는 것으로 정평이 나 있어 모집을 하면 대기자 다수. 사랑과 용기와 유머를 모토로 부모와 아이에게 용기의 바통을 이어주고 있다.

공립 초등학교 · 중학교에서의 강연이나 교원 연수 등을 실시하고 있다.

< 목 차 >

소개

제 1 장 아이의 「자신감」 과 「의욕」 를 끌어내는 「용기 북돋기」 란?

자신감 없는 아이가 늘어나고 있다

칭찬 육아에서 용기 북돋기 육아로

칭찬만으로는 부작용이 있다

아이가 의욕을 잃게 되는 용기 꺾기

칭찬, 격려, 용기 꺾기의 차이

당연한 일에 눈을 돌려 보기

[격려 칼럼 1] 마음의 안심 기지 - 돌아올 수 곳

보는 방법을 바꾸면 마이너스가 플러스가 된다

용기 북돋움의 언어사용 포인트

아이에게 용기를 주기 전에 자신에게 용기를 줍시다

[격려 칼럼 2] 천사의 속삭임 · 악마의 속삭임

제 2 장 아이의 용기를 위해 중요한 마음가짐

아이를 존경하기 - 소중한 친구와의 관계처럼

아이를 신뢰하기 - 언제라도 믿는다

아이에게 맡기고 지켜보아 주기 - 거들어주기, 참견을 자제

[격려 칼럼 3] 합숙에서의 카레 만들기

아이에게 공감하기 - 잘 듣기

[격려 칼럼 4] 비행기 타고 싶다!

[격려 칼럼 5] 교원 시대의 에피소드

제 3 장 육아의 곤란한 부분을 해결! 격려의 요령

부모를 괴롭히는 행동의 목적이란?

CASE1 정리를 하지 않아요

CASE2 준비물을 잊어버려요

CASE3 좀처럼 자지 않아요

CASE4 수줍은 성격에 긴장하기 쉬워요

CASE5 시간을 지키지 않아요

CASE6 공격적이고 반항적인 태도를 취해요

CASE7 좀처럼 숙제에 착수하지 않아요

[MEMO] 화냄과 꾸지람의 차이

제 4 장 엄마와 아이의 마음은 이어지고 있다

아이는 엄마의 마음을 비추는 거울

CASE1 아이가 울면 좌절해 버리고 마는 엄마

CASE2 완벽주의 엄마

CASE3 너무 열심을 부리는 커리어우먼의 엄마

CASE4 보육원에 맡길 때 눈물을 펄펄 쏟아서 곤란하다는 엄마

[격려 칼럼 6] 강좌를 듣는 엄마들의 목소리

생각대로 아이는 성장한다

[격려 칼럼 7] 육아에 대한 이미지

제 5 장 엄마의 마음을 용기의 에너지로 채우자

용기의 바통은 엄마에게서

때때로 멈춰 서서 마음의 상태를 알아보기

아이가 화가 난 경우

사랑은 이미 여기에 있다

완벽한 엄마는 없다

너무 열심히 하지 않아도 된다

당신에게 「행복」이란?

마음이 건강해지는 것을 하자

부부끼리 격려합시다

일하는 엄마에게 - 육아와 일의 양립에 대해

훌륭한 엄마가 아니라 행복한 엄마가 되자

에필로그



행복한 엄마가 되고 싶은 마음은 누구나 있습니다. 하지만 현실에서는 다양한 어려움과 스트레스를 경험하게 됩니다. 이 책은 그러한 어려움을 이해하고, 이를 극복할 수 있는 방법과 마음의 안정을 찾는 방법을 알려줍니다. 특히, 아이와의 소통과 양육의 어려움에 대해 깊이 있게 다루고 있으며, 많은 엄마들이 공감할 수 있는 내용입니다. 이 책을 통해 자신의 마음을 돌아보고, 더 나은 엄마가 될 수 있는 힘을 얻으시길 바랍니다.

※1※

子どもの「自信」と「やる気」を引き出す
「勇気づけ」とは？

ほめる
子どもを評価する



言葉がけ例
えらいね
いい子ね
おめでとう

勇気づける
子どもの気持ちに寄り添い、共感する



言葉がけ例
ありがとう
うれしい
助かる

「勇気」を出して伸びていくために、どう関わったらよいのかについて日々考えました。そこで実践するようになったのが、「勇気づけ」です。「勇気づけ」は「ちょっと聞き慣れない言葉です。」「勇気」とは「困難を克服する力。」「勇気づけ」とは「困難を克服する力を与えること」をいいます。「与える」というのも、ないものを外から補うということではありません。勇気は子どもがもともと持っているもので、関わりかたによって、大人がそれを引き出していくということです。

本書では、「ほめる」ことを、「できたね」「すごいね」「いい子だね」など「あなたは○○だ」と、子どもを評価する態度と定義します。それに対し、「勇気づける」とは、子どもの気持ちに寄り添い、共感する態度のことをいいます。具体的には、子どもが何かしてくれたときに、「いい子ね」「えらいね」「よくできたね」「おめでとう」とほめるのではなく、「ありがとう」「助かったわ」「お母さん、

※2※

子どもの「自信」と「やる気」を引き出す
「勇気づけ」のポイント



※3※

子どもの「自信」と「やる気」を引き出す
「勇気づけ」のポイント



子ども自身が勇気を出してチャレンジして、達成できていると、他人の助けを借りない。

1. 子どもの成長を喜ぶ
2. 子どもの失敗を恐れず受け入れる
3. 子どもの成功を喜ぶ
4. 子どもの努力を褒める
5. 子どもの挑戦を応援する

※4※

子どもの「自信」と「やる気」を引き出す
「勇気づけ」のポイント

子どもの成長を喜ぶ、子どもの失敗を恐れず受け入れる、子どもの成功を喜ぶ、子どもの努力を褒める、子どもの挑戦を応援する。