

親が言ってしまいがちな NG ワード 10 タイプ

No.	タイプ	声かけの言葉	説明	影響
1	命令・指示	「もう抜くのはやめなさい！」	子どもに何かをするように、または、しないように命令します。	反抗的になります。 いつも指示をされていると、指示待ち人間になる可能性があります。
2	脅迫	「今度抜いたら、病院に連れて行くからね」	このことをすれば、どんな結果になるかを言います。	うらみや怒りの原因となります。 恐怖心を抱かせます。
3	説教	「あなたは意志が弱いよ。もっと意志を強く持つべきよ」	何をすべきか、すべきでないかを言います。	過度な義務感や罪悪感を持たせてしまいます。
4	提案	「何か没頭できる趣味でも持ってみたらどう？」	どうしたら解決できるか、助言、忠告、提案をします。	自分で問題を解決する力を奪ってしまいます。
5	講義	「抜いたら地肌に悪いわよ。生えてこなくなったら困るのはあなたよ」	理詰めでせまります。	防衛的になったり、劣等感を植え付けてしまいます。
6	非難・侮辱	「髪の毛を抜いてしまったら、薄くなって恥ずかしいじゃない」	子どもに対し、否定的な評価をしたり、子どもをはずかしめたりします。	自分は無能力なんだ、やっぱり私が悪いんだと思わせてしまいます。 子どもは、自分には価値がない、愛されていないと感じます。 自己肯定感が低くなります。
7	賞賛・同意	「あなたはとてもいい子でしょ。あなたならやめられるわよ」	肯定的な評価をしたり、賛成したりします。	恩着せがましいとか、あやつられている感じを抱かせます。
8	分析	「やめる努力してる？努力していないから、やめられないんじゃない？」	子どもの動機は何かを親が解釈したり、原因を分析したりします。	挫折感や屈辱感を抱かせます。 自分は信頼されていないんだと思わせてしまいます。
9	同情・激励	「やめるのが難しいのはわかる。でもがんばって！」	子どもの気持ちを良くし、今の気持ちから抜け出させようとしています。	言うのは簡単だよという敵対意識を引き起こします。 応援されないといけないようになります。
10	詰問	「なんで？ どうしてやめられないの？何が問題なの？」	原因、動機、理由を見つけようとしています。 子どもの悩みを解決するのに役立つ情報を子どもから聞き出そうとします。	子どもは回答を迫られるため、あせって答えられなかったり、半分だけ本当のことを言ったり、うそをつくようになります。

「提案(アドバイス)」「賞賛(ほめる)」「激励(はげまし)」は、一見すると子どものためになる声かけのように思われます。しかし、子どもが悩みを抱えていたり、何らかのサインを出しているときにかけた場合は、親が期待するほどの効果は得られません。