

(3 ページ目の診断結果は見ないで質問に答えてくださいね)

あなたはどのタイプ？ — 子どもの叱り方診断テスト —

あなたは、お子さんの困った行動を見たとき、どんな言葉をかけていますか？
下記の5つの質問に対して、「こう言ったことがあるな」と思う答えを1つ選んで、番号をメモしてください（この診断テストを印刷した方は、回答欄に記入してください）。
終わったら、3 ページ目の「**診断結果**」で自分のタイプを調べてくださいね。

| 問題 | 回答 |
|--|----|
| <p><Q1> 友だちのおもちゃを勝手に取ってしまいました。どんな言葉をかける？</p> <p>① それは〇〇ちゃんのものなんだから返しなさい。 ② どうしてそんなことするの？ いつもそうなの？ ③ あなたのおもちゃと〇〇ちゃんのおもちゃを交換するのはどうかな。 ④ そんなことをしたら、〇〇ちゃんに嫌われちゃうよ。 ⑤ 人のものを取るなんてひどい子ね。相手の気持ちがわからないんだから。 ⑥ あなたならがまんできるわよね。いつもいい子だもんね。</p> | |
| <p><Q2> 電車の中でうるさくしています。どんな言葉をかける？</p> <p>① 周りの人に迷惑よ。静かにしなさい。 ② なんで電車の中で騒ぐの？ もっと小さな声で話せないの？ ③ 騒ぐのをやめて、本でも読んだら？ ④ 静かにしないと、次の駅で降ろすわよ。 ⑤ あんなに小さい子だっておとなしくしているのに、あなたはダメね。 ⑥ おりこうさんなら、静かにできるはずよね。さすが、スゴイなあ。</p> | |
| <p><Q3> 着がえずに、ずっとダラダラしています。どんな言葉をかける？</p> <p>① なにやってるの。早く着がえなさい。 ② まだ着がえてないの？ 一人で着がえられないの？ ③ まずはズボンを着がえて、それからシャツを着がえようか。 ④ 着がえなかったら、遊びに行けないよ。おともだちとも会えないよ。 ⑤ いつもダラダラしていて、まったくやる気がないわね。 ⑥ もうお兄ちゃんなんだからできるでしょ。ほら、がんばって着がえちゃおう。</p> | |

| | |
|---|--|
| <p><Q4>何回注意してもゲームをやめません。どんな言葉をかける？</p> <ul style="list-style-type: none"> ① 約束の時間を過ぎてるわよ。もうやめなさい。 ② いつまでやってるの？ なんでやめられないの？ ③ ゲームばかりやってないで、外で遊んだ方が健康的でいいじゃない。 ④ 約束を守れないなら、1週間ゲームを禁止にするよ。 ⑤ 約束破ってばかりで、しょうがない子ね。 ⑥ ほら、がんばってゲーム終わりにしよう。ごほうびあげるから。 | |
| <p><Q5>使ったおもちゃを片づけていません。どんな言葉をかける？</p> <ul style="list-style-type: none"> ① 使ったものはちゃんと元の場所に片づけて！ ② どうして片づけられないの？ そんなにむずかしいことなの？ ③ 遊ぶおもちゃはいつも1つだけにしたら、片づけやすいかもよ。 ④ 片づけられないなら、捨てちゃうよ。 ⑤ こんな簡単なこともできないなんて、まるで赤ちゃんみたいね。 ⑥ 昨日はちゃんと片づけられて、えらかったよね。今日もできるわよね。 | |

(3ページ目の診断結果は見ないで教えてください)

診断結果は、3ページ目をご覧ください。

< 診断結果 >

①から⑤の質問の回答のうち、一番多く選んだ番号が、あなたのタイプになります。
この結果で、あなたの「叱り方」の傾向がわかります。
答えがいくつかに分かれた人は、複数の診断を読んでくださいね。

① が多い人は、「命令ママ」

あなたは、自分の思うとおりに子どもを動かそうとしていませんか？
聞く耳をもたずに命令ばかりしていると、子どもはうんざりして反抗的な態度をとるようになってしまいます。

自分の考えを押し付けるのではなく、子どもを信頼する気持ちを持って接しましょう。
子どもの話に耳を傾け、会話を増やしていくことで、お互いの理解がより深まっていくでしょう。

② が多い人は、「詰問ママ」

「なぜ？」「どうして？」と理由を聞いたあと、その回答を「良い」または「悪い」でジャッジしようとしていませんか？
矢継ぎ早に質問攻めにされると、子どもは責められているように感じてしまいます。
まだうまく言葉で表現できない子どもは、口を閉じて黙ってしまいます。

子どもに理由を聞いた後、親が善悪を判断したり、その問題を解決しようとしたりせずに、しばらく様子を見守る余裕を持ちましょう。

③ が多い人は、「提案ママ」

どうしたらこの問題が解決できるのかをアドバイスしたり、提案したりする傾向があるようです。

親がいつも解決策を教えてあげていると、自分では考えようとせずに、親に頼るようになります。そして、この解決策が失敗すると、親のせいになることがあります。

子どもを信じて任せることで、子どもが自分で考えて、自分で行動する機会を与えていきましょう。こうして、子どもの自立心を育てることができます。

④ が多い人は、「脅迫ママ」

あなたは、子どもを「こらしめないでダメな子」だと思っていないですか？
「〇〇しないと、××するからね」と子どもを脅すような言葉かけは、子どもを恐
がらせてしまうだけです。また、恨みや怒りの原因を作ってしまいます。

子どものがんばりを認める気持ちを持ち、共感する声かけができるようになると、
より良い親子関係を作っていけるでしょう。

⑤ が多い人は、「人格否定ママ」

あなたは、気づかないうちに、子どもを侮辱するような言葉を使っている可能性が
あります。子どもは、自分の存在を否定された気持ちになっているかもしれません。
人格を否定するような言葉は、子どもの心を傷つけ、「自分はダメな子だ」と自分
自身に悪いイメージを持たせてしまいます。

ありのままの子どもを受け入れ、気持ちに寄り添うことで、子どもの自己肯定感を
高めていくように心がけましょう。

⑥ が多い人は、「激励ママ」

子どもを励ますことで、何かをさせようとしたり、子どもの気持ちをよくしようと
したりしていませんか？

激励して何かをやらせようとする、子どもは最初のうちは喜んでやりますが、し
だいに力尽きてしまったり、応援されないとできないようになることがあります。

過剰に子どもを励ますことはせずに、「がんばりなさい」より、「がんばったね」と
子どもを認める言葉をかけていくのがよいでしょう。

さて、あなたはどのタイプでしたでしょうか？

この「子どもの叱り方診断テスト」は、自分の叱り方の傾向を知って、これからどのよ
うに子どもに接したらよいかを紹介しています。結果を見て、「私ってこんなママだった
の？」と思い悩む必要はまったくありません。どうぞご安心くださいね。

今後どのように接していけばよいかは、著書「男の子のための魔法のこえかけ 3ステッ
プしつけ法」に書いてあります。もちろん、女の子のお子さんにも使えます！

この本には、温かい親子関係を作るためのヒントやコツがたくさん掲載されています。
ぜひ参考にしてくださいね！

また、子育て相談や講座もお受けしています。お気軽にお問い合わせください。

あなたの子育てを応援しています！(Eメール：msato@3stepcm.com)