

試し読み

性格3タイプ別の声かけで
自己肯定感が高くなる

わが子が
やる気
になる
伝え方

ロジカルタイプ
セレンタイプ
ヒーロータイプ

タイプの違いを知れば、
しんどい子育てが
ラクになる!

すぐわかる
性格タイプ
診断付き!

Mayumi Iizuka
稲場真由美

別冊(小学館)発行/小学館クリエイティブ 定価:5,430円(10%税込)



LINE公式アカウント
「伝え方ラボ」

はじめに

「どうして素直に動いてくれないの？」

子育てをしていて、こんなふうに思ったことはありませんか？

宿題しない

お手伝いしない

ゲームやめなさい

お風呂入らない



「わかった」と言いながら、まったく動く気配がない。

わが子のマイペースな態度には、ついイライラしちやいますよね。

ほんとうは優しい親でいたいのに、

子どもの態度を見てみると、「早く、早く」と言ってしまう。

あげくの果てには怒鳴ってしまい、自己嫌悪……

「毎日がこの繰り返しで、後からすごく落ちこむんです……」
そんなお母さんの声をたくさん聞いてきました。

でも、これも「親の愛」なのです。だから葛藤するのです。

「わが子をしっかり育てなければ……」と思う親としての愛情と責任感によるもので、自分を責めたり、落ちこんだりするする必要はありません。

でも、このまま放置するのはよくないこと。なんとか改善したいですよね。

ご縁があつて、あなたはこの本を手にとってくださいました。

これから紹介するメソッドを知って実践していただけたら、

あなたの子育ては劇的にハッピーになるでしょう。

結びつは「伝え方」です。

この本では、これまでの育児書にはない、わが子に会った「答え」に出会えます。

人はだれもが、自分のものさしで相手を判断しがちです。わが子のことならなおさらです。多くの親は無意識に「こうしてほしい」「こうなってほしい」という自分なりの願いや基準、子育て観をもって、わが子に接しています。そして、わが子がそのとおりに動いてくれないと、親が立ったり、心配になったりするのです。

それでは、こうした困った状況はどうすれば解決できるのでしょうか？

結論からお話すると「ほめる」ことからです。人には「認められたい」という承認欲求があり、これはほめられることで満たされていきます。ほめてもらおうとやる気が出て、行動が変わります。

だれでも自分にとって大好きな人や尊敬する人からほめられることは、格別のよろこびです。子どもにとっては親が絶対的な存在です。そして、大好きな人であり、必要な人です。だから、親からほめられることは特別なことなのです。親にほめられた経験は成功体験となり、自信がついて、自己肯定感につながっていきます。

親御さんに「お子さんをほめていますか？」とたずねると、こんな声が返ってきます。

「ほめればいいことはわかっているけど、なかなかできなくて……。叱るほうが多いかも」「ほめ方や、ほめるタイミングがわからなくて」「ほめてばかりいても、つけあがるような気がして……」

そうですね。「ほめる」って意外と難しいものです。

ここで、ちょっと思い出ししてみてください。

お子さんが赤ちゃんのとき、どうだったでしょうか。ほんの少しハイハイができただけで、大よろこびして「わーっ！ すごい！」などとほめていますませんでしたか？「ほら、もう1冊が読んばって！」なんて言わなかったですよ？

でも子どもが成長するにつれて、どうしてもほめることより注意したり、叱ったりすることが増えてきます。これはなぜかという点、親には、わが子が「将来、自立できるように育てなければ」という思いや責任感があるからなのです。

さらに子育ての日常は、ほめる以外にも、促す、諭す、叱る、注意するなど、

さまざまな場面が曰白押しです。そのつど、子どもものやる気を引き出して、自ら動くように伝えるのは家大抵のことではありません。

そんなふうにはわが子とのコミュニケーションに悩んでいる親御さんに、私が考案・開発した「性格統計学」にもとづいて、具体的な場面に応じた「あなたのお子さんに合った伝え方・受けとめ方」をご紹介するのがこの本です。

「性格統計学」ってなに？　と思われた方がいらつしやると思つるので、簡単に説明しますね。話は、私の前職にまでさかのぼります。私は、もともと女性向け下着の営業代理店のマネジメントをしていました。しかし、スタッフとの人間関係がうまくいかず、業績も悪化。原因は、私の伝え方にあったようなのです。

その反省から、お客さまや友人・家族など、延べ12万人の方とのやりとりの結果を検証し、体系化したコミュニケーションツールが「性格統計学」です。詳しい説明は54ページ以降に記しますが、人間は性格の違いでいくつかのタイプに分けられること、そして、タイプによつて「心に響く言葉」が違うことがわかりました。検証結果による性格のタイプ分けは分類がとて簡単なのですが、この本では、初

めての方でもわかりやすいように、3つのタイプに分けてご紹介します。お子さまのタイプだけではなく、親御さんのタイプにも合わせて、具体的な事例を小まめながら解説しますので、ぜひ参考になさってくださいね。

「今まで育児書をたくさん読んできたけど、うちの子には効果がなくて」という方がいらつしやいました。「子ども」とひとくくりにしても、その子によつて性格が違うので当然です。タイプを知れば、「わが子」に合った声かけができます。

ただし、「タイプを知る＝固定観念でみる」ことが目的ではありませんのでご安心ください。タイプ分けは、お子さんや親御さん自身の特徴や傾向と、違いを知るための手段と思ってください。

タイプの違いを知れば、しんどい子育てがラクになること間違いなしです。この本が、日々の子育てに少しでもお役に立てましたら幸いです。

1.

「伝え方」を変えれば、
子どもはやる気になる

はじめに 2
まずはタイプを調べましょう

2つの質問で診断 14

コラム 学校でタイプ別の指導を実施 18



なぜ子どもは言うことを聞いてくれないのか

その言葉、きちんと伝わっていますか？ 20

コミュニケーションは、量より「質」 22

性格は遺伝しない？

人には「生まれもった性格」がある 26

親の価値観と、子どもの価値観は違う 28

性格によって「うれしい」と受けとめる言葉が違う 31

2.

性格は3つのタイプに
分けられる

子どもが自ら動くカギは「自己肯定感」にある

子どもの自己肯定感を育むために 34

言っていないませんか？ 自己肯定感を下げる言葉 37

子どもは持っている、自己肯定感を育む言葉 40

子どもへの「伝え方」、3つの秘けつ

秘けつ①自分を知らず、子どもを知る 44

秘けつ②上手な受けとめ方を知る 48

秘けつ③子どもに伝わる伝え方を知る 48

コラム 子どもの「逃げ場」を強めて叱る 52



性格統計学で、伝わる「伝え方」を知る

性格統計学とはどんなもの？ 54

ビジネスのメソッドを子育てにも 56



4

ピースタイプのトリセツ

ピースタイプの特徴 82 / ピースタイプのタブー 94

- ピースタイプのケーススタディ
- 1 学校の宿題をなかなかやらない 96
- 2 テストでいい点をとったので、やる気が上がるようにはめてあげたい 100
- 3 お友だちとけんかして泣かせてしまった 102
- 4 もっとお手伝いをしてほしい 104
- 5 部屋を片付けてほしい 106
- 「伝え方」体験談・わが家のピースさん 108



3

ロジカルタイプのトリセツ

ロジカルタイプの特徴 88 / ロジカルタイプのタブー 98

- ロジカルタイプのケーススタディ
- 1 学校の宿題をなかなかやらない 98
- 2 テストでいい点をとったので、やる気が上がるようにはめてあげたい 102
- 3 お友だちとけんかして泣かせてしまった 104
- 4 もっとお手伝いをしてほしい 106
- 5 部屋を片付けてほしい 108
- 「伝え方」体験談・わが家のロジカルさん 110

人間の性格は3タイプ

性格はロジカル・ピース・ビジョンの3つに分けられる
3つのタイプの比率は？ 88

コラム 「ゲームはダメ」ではやめられない 84



5

ビジョンタイプのトリセツ

ビジョンタイプの特徴 110 / ビジョンタイプのタブー 120
 ビジョンタイプのケーススタディー 120

- | | | |
|---|---------------------------------|-----|
| 1 | 学校の宿題をなかなかやらない | 122 |
| 2 | テストでいい点をとったので、やる気が上がるようにほめてあげたい | 124 |
| 3 | お友だちをとけんかして泣かせてしまった | 128 |
| 4 | もっとお手伝いをしてほしい | 138 |
| 5 | 部屋を片付けてほしい | 138 |

0000



ピース親へのアドバイス 110
 ピース親の特徴と子育て観 110
 ピースタイプの人物像
 もとのもとを追求し、人のために力を発揮できる人
 コラム どんな夢でも応援しましょう 118



6

「伝え方」を実践してみましょう

わが子のタイプに合わせて伝えるコツ

自分を変えなくても、伝え方を変えるだけでいい
 まずは1週間を目標に実践してみましょう

「伝わる言葉」の大切さ

「はのち」と「あきらめる」でうまくいく

おわりに



NG

なげえ方

テレビばかりみてないで、
早く宿題やりなさい

もう、
わかってるって～



OK

なげえ方

6時過ぎたよ、宿題しよう
(決めた時間が過ぎてから声をかける)

あ、そうだった!



ロジカルの子は、朝の時点で、一日の流れをある程度決めていきます。自分が決めたペースで物事が進むと、「決めたとおりに実行できた」とうれしく思います。計画にそって動きたいタイプなので、あらかじめ「夕方5時からテレビをみる、6時から宿題をする、7時から晩ごはんを食べる」などのようにスケジュールを親子で共有して、それに合わせた声がけをしましょう。

なにかやってほしいことがある場合は、区切りのいいタイミングで切り替える促すのが効果的です。テレビなら「その番組が終わったら」、ゲームなら「そのステージをクリアしたら」など、流れを中断しない条件を提案しましょう。

「ポーツとしているのだから暇なのだろう」と思っても、休憩時間を決めて行動していることがあります。そこへ「早く」と言われても動けません。自分のペースを乱された気がしてストレスを感じます。また、決めた時間が近づくと、つい「5分前だよ」と言いたくなりますが、「わかってる」と返されるだけなのでそこは我慢。決めた時間から10分ほど過ぎてから指摘するのがおすすめです。

NG

な伝え方

早く宿題やりなさい。
一人でできるでしょ！

一緒にやってほしいな……



OK

な伝え方

最初だけ、一緒にやろうか？

うれしい
やる！



何事も親と一緒にやりたいピースの子。「お母さん、一緒に2階に来て」というようなことをよく言いませんか？ 親はわが子を自立させたいと思うので、「もう4年生なんだから一人でできるでしょ」と答えます。しかしピースの子は「一人で」という言葉が嫌で、グダグダしてしまうのです。最初だけでも親と一緒にしてあげるほうが、子どもはよろこんでサツと行動に移せます。

「一人でできるでしょ！」「お兄ちゃんだから一人でしなさい」という言葉はタブー。突き放された感じがして、やる気を失うので注意しましょう。

ちなみに、理由や経緯を知りたいピースの子は、「なんで？」とよく聞いてきます。それに親がきちんと答えてあげることが大切です。勉強する目的を聞かれたら、「今、勉強しておくと将来の選択肢が広がるよ」と答えてあげる。「なんで2+5は7なの？」と聞かれたら、おはじきで「2個あるでしょ？ これに5個足すと7個になるよ」と見せてあげる。このように一つひとつの「なんで？」にきちんと対応してあげると、ピースの子は理解を深めて勉強が楽しくなります。

NG

なほえ方

優先順位をつけて
やりなさい！

そんなふうに
言われても……



OK

なほえ方

早めに宿題できたら、
すごいんだけどなあ

じゃあ、
やるのかな？



好奇心があり、想像力が豊かなビジョンタイプ。自分の願望を重視するため、「やりたい！」と感じることは、集中力をもって取り組みます。その反面、興味の無いことは後回しにするところがあります。「早く勉強しなさい」と言うのと、「はいい！」と返事だけしてスル……なんてこと、ありませんか？

たとえば、「1時間だけ」とゲームをする時間を約束していたとき、1時間後に「もうちょっとだけ！」と言うかもしれないね。10分程度なら交渉に応じてあげて、「いいでやめて、宿題できたらすごいんだけどなあ」と、前向きに気持ちを切り替えてあげてください。「1時間って約束したよね？」と、くどくど言うのはNG。「大丈夫！宿題がんばろう！」などと声をかけて、明るく促しましょう。

「優先順位をつけてやりなさい」と言う親もいますが、この考え方はビジョンの子はあまり理解できません。自分のひらめきを大切にして、そのつど工夫して臨機応変に行動するのが好きだからです。ビジョンの子には、親が必要以上に細かい口出しすると、逆にやる気をなくしてしまうので注意しましょう。