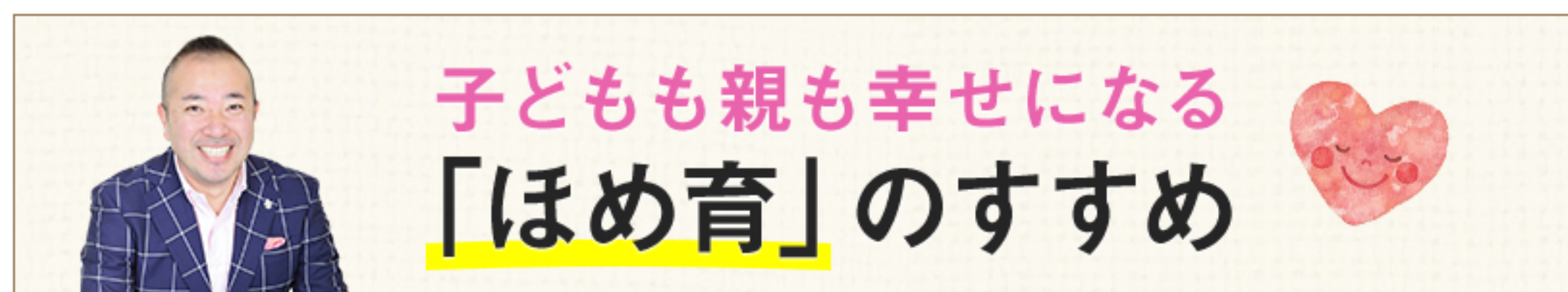


夏の旅行そろそろ決めなきゃ…子どもが伸びる「ほめ旅」のススメ

子育て・しつけ 2019/05/28 □ 子どもも親も幸せになる「ほめ育」のすすめ

ツイート いいね! 0 友だちに教える



今回のテーマは「夏旅行の計画」です。

「旅行は好きだけど、計画を立てるのは苦手」という人も多いですね。子育てに忙しい毎日だとおさら後回しになりがちでは？「ほめる」をテーマにすると計画がスムーズに立てられます。何より子どもの成長につながって、旅行の充実感がぐっとアップしますよ！

今回は“ほめる”をテーマにした「ほめ旅」の提案です。

GWが終わり、さあ夏へ！

GWが終わったばかりなのに、もう夏休みの準備？ そう思うかもしれません。でもいつも「そろそろ計画しないと」と思っているうちに、ギリギリになってしまうもの。そして、慌てて予約をしようにも宿がいっぱいだったり、直前だと費用が高くなったり…。二度と来ない今年の夏！ 早めの準備が最高の思い出を作るポイントです。

せっかく行くなら、ただの遊びではなく“子どもの可能性を伸ばすチャンス”にしたいものですね。非日常の経験は子どもの脳を刺激し、感性や考える力、自立心などを鍛えます。いろいろな経験の機会を用意して、たくさんほめる「ほめ旅」で、子どもの可能性を伸ばしましょう！



「ほめ旅」って何？ どう準備すればいいの？

では「ほめ旅」はどのように準備すればいいのでしょうか？ 3つのステップに分けて説明します。

1. 何をほめて伸ばしたいかを決める

子どものどんな部分を伸ばしたいのか考えましょう。ポイントは、わが子は“今”どんなことに興味があるのか、どんな長所をもっているのかを考えることです。自然が好きならキャンプや山登り、モノづくりが上手なら陶芸や和紙づくり体験。何をほめて伸ばしたいかが決まれば、旅行のイメージもすっとわきますね。

2. 親子で一緒に情報収集する

旅のイメージができれば行先を決めて、情報収集しましょう。「親子で一緒に」がポイントです。ガイドブックを見て何があるのか調べたり、図鑑を見てイメージをふくらませたり。この事前準備が旅を盛り上げてくれます。子どもが旅先で「あ、これはあのとき図鑑で見た花だね！」と気づいたら、「きれいだね。よく見つけられたね！」とほめてあげてくださいね。

3. 簡単な役割を考える

旅行では、子どもに簡単な役割をもたせるのもおすすめです。たとえば「荷物は自分で持つ」「電車のルートと一緒に考える」などは、少し背伸びしたら届くチャレンジです。「重たいのによくがんばったね！すごいね！」「ここの電車の乗り継ぎ、よく分かったね」とほめれば、役割をこなせた達成感が子どもの自立心を育てます。

ほめ旅を成功させるポイントは、いつまでにどのステップをクリアするか、“今”期限を決めてしまうこと。「明日しよう」「週末にゆっくり」では、あっという間に夏休みがきます。すぐ準備して、親子が笑顔満開になれる旅を実現してくださいね！



今日からできる！ほめ育ワンポイントアドバイス

これから海の日までしばらく祝日はありません。1年でこんなに祝日がないのはこの時期だけ。今のうちに計画を立てておきましょう。親子にとって最高の夏が待っています。寝る前3分の“自分ほめ”も忘れずに。「もう計画を立てたなんて、私、今回は準備が早い！」と自分をほめてあげましょう。

PROFILE



原 邦雄（はら・くにお）

株式会社スパイラルアップ・一般財団法人ほめ育財団代表

世界10ヶ国に広がる“ほめ育【Ho-Me-I-Ku】”を世界共通語に！

世界中の人たちを輝かせる！をミッションに掲げ、子どもの教育にチャリティーをすることを目的に、「一般財団法人ほめ育財団」を設立。

大手コンサルタント会社で活躍後、飲食店の洗い場で4年間住み込み修行。多数の現場で培った経験と、脳科学・心理学をミックスした教育メソッドは、大人だけではなく幼児教育にも活用できるとして、国内外200社に導入され、のべ100万人以上の成長に繋がる。

ハーバード大学やザ・リッツ・カールトンホテルでのセミナーをはじめ、年間200回以上の講演を行う。著書は5冊。テレビ朝日「報道ステーション」やNHK、TV東京の池上彰氏特番にも登場。