

# わが子のやる気 盛り上げテク

子どものやる気を盛り上げるにはどうしたらいいのか、答えがないからこそ迷いますよね。そこで、先輩保護者に子どものやる気をサポートしたエピソードを聞いてみました。しくじり体験談も収録！参考になれば幸いです。

構成・文／管家真理枝 イラスト／木村吉見

Episodes

## 食べ物で テンションアップ

高校生にとって、  
食べ物の魅力は大きい。  
テンションアップの王道かも

テストや課題の多さに参っているような時は、勉強机の上に、お菓子セットを準備しておきます。休憩に食べて少しはイライラが解消されている様子。

(高1/娘/41歳/静岡県)

うれしい  
差し入れ



わが家では、テスト前はお菓子を1000円分買っていいルール。すごく喜んで買いに行きます！

(高1/娘/37歳/福島県)

朝ごはんは息子の大好物のうどんを作ってみたら、うどんを食べたくて頑張って起きてきた。

(高3/息子/47歳/福岡県)

あるある！

娘が学校の人間関係などに悩み元気がない時。気分転換のためにカラオケに行って歌いたただけ歌わせました。すっきりしたようで、口数が増えて笑顔に。

(高1/娘/43歳/東京都)

勉強しなきゃと思いつつも家ではできない様子だったので、喫茶店併設のショッピングモールへ行き、息抜きしつつカフェで勉強できるようセッティング。私が買い物中、集中してテスト勉強できた様子。

(高2/娘/45歳/神奈川県)

Episodes

## 気分転換の すすめ

リフレッシュの場所はいろいろ。  
保護者も便乗して  
楽しむのもアリ!?

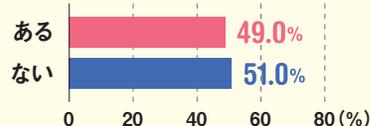
テスト前、勉強が進まなくてイライラしていた息子。わが家では、スマホの時間を制限していたが、その時だけ特別に好きなだけOKにしたら、すっきりした様子でまた勉強に取り組んだ。

(高1/息子/47歳/大阪府)

## 私、しくじりました…その1

- テスト前なのにやる気が出ない娘。「他の人は頑張っているよ」と言ったら、「みんなもやっていない」とツイッターをやりだした。(高1/娘/49歳/東京都)
- 模試で落ち込んでいたので、玄関にお気に入りのぬいぐるみを置いて「おかえりなさい」ムードを演出しておいたら、「そんな気分になれない」とピットと部屋に行ってしまった。(高3/息子/51歳/鳥取県)
- 「勉強しなくちゃ、行きたい大学は行けないよ」って言ったら、「そうだね、行けないかもね」と落ち込んでしまった。(高2/娘/46歳/群馬県)
- 一切勉強しない雰囲気だったので、PCを取り上げたが、友人からノートPCを借りてきた。(高2/息子/49歳/東京都)
- なんだか勉強に集中できてないので、気分転換に外出に出かけた。しかし、帰るとリラックスしたのか朝まで寝てしまった。(高1/娘/51歳/神奈川県)
- 宿題がたくさん出たので、親同士でメールではっぱをかけようかと相談した。余計なことはするなと言われた。(高1/息子/49歳/東京都)
- 高2の時、全く勉強していなかったから、絶対あとから後悔すると何度も話した。自分の人生を指図されたくないとい心を閉ざした。(高3/息子/52歳/大阪府)

お子さまのやる気をサポートするために働きかけたけれど、「逆効果」だったことはありますか？



### 約5割の人がしくじり経験あり

アンケートによると、やる気サポートのために働きかけると答えた人のうち約半数が、働きかけたけれど逆効果だったことがあると回答。「『勉強した方がいいんじゃないの?』と言ったら、『今やるうと思ったのに言われたらやる気なくなる』と言われた」など、反発されてしまったという声も比較的多く、働きかけの難しさが伝わってきました。

\*アンケート概要：高校生の子をもつ全国の保護者(女性)300名に、インターネットで調査。調査期間：2016年1月上旬。調査協力：株式会社マクロミル

# わが子のやる気 盛り上げテク

朝早く起きて宿題に取り組んでいたの、**時間の使い方がうまいと褒めた**。早く寝て朝勉強するようになった。

(高2/息子/48歳/埼玉県)

提出物を全く出さない息子が、**珍しく提出したそうなので褒めてみたら**、自分の評価を最大に引き上げて、気分良さそうにしていました。

(高2/息子/41歳/兵庫県)

話が弾みそう!

テスト結果が悪く、息子の機嫌が悪い時、**志望大のホームページを見ながら親子でざっくばらんに話し合ったら**、少しは机に向かうようになりました。

(高2/息子/48歳/埼玉県)

## 私、しくじりました…その2

- 夜中までのオンラインゲームで生活がだらだら。平日は11時までと約束させたら、PCでのオンラインゲームは約束を守ったが、その後スマホで友人たちとスカイプなどで話している。これではなんにも解決していない。(高2/息子/45歳/兵庫県)
- スマホ漬けで毎日だらだらと過ごしている息子を見かねて、将来の進路について説教したら、逃げた。(高2/息子/43歳/神奈川県)
- テストの結果が悪く、「こんなことでは、希望の大学に受からないよ!!」と言ったら、ムスツと怒って、「自分でわかっているのに言わないで」としばらく話もしてくれませんでした。(高2/娘/46歳/茨城県)
- 好きな同級生がいるらしく何度もその生徒の話をするようになった。彼が家に来た時、「娘をよろしくお願いします」と言ったら、彼は2度と顔を見せなくなった。娘も話をしなくなった。(高1/娘/40歳/京都府)
- 受験勉強中に他の子と比較して努力が足りないと感じたので、「他の子はコツコツ努力しているから結果が出るんだ」と叱ってしまった。自分の努力を認めてもらえなかったことに拗ねてしまいました。(高1/息子/46歳/東京都)
- 進学のため親が先回りして、参考書買ったり、進学先調べたりした。やる気を失わせた。(高3/息子/39歳/千葉県)



### 特技発見

家の手伝いをしない娘が、「ご飯作るの手伝う」と言って、オムライスをほとんど作ってくれました。うまく作れたので、「**卵きれいに包めてすごいね**」と褒めました。ほかに頑張れることが自分にもあるんだと、自信をもてたようです。

(高3/娘/44歳/北海道)

### Episodes

#### ここぞと褒める

褒められると自信がつく。お手伝いの場面でも、褒めている保護者多数

### Episodes

#### 親子で一緒に

一緒に何かをやることで上手にやる気を引き出している保護者も

テスト勉強にやる気が出ない息子と、**一緒に勉強すること**に。子どもが問題を出して、私が答えるなどしていると、子ども自身も先生気分になって解説して、やる気が出たよう。

(高2/息子/42歳/東京都)

テストの結果に、しょんぼりしている時には、**絶対に怒らないで、対策を一緒に考えます**。

(高2/娘/44歳/北海道)