0

【青ざめてしまう ブルーカード

ひ否定

ど、怒鳴る・たたく

(1) いやみを言う

おおどす

と、問う・聞く・考えさせる

疑問形

ば 罰を与える

なし なじる

ひ

否定

- 禁止
- ○○するな!
- ダメ!!
- やめなさい!
- いい加減にしなさい!





怒鳴る・たたく

- いつも言ってるだろ!
- 何回言ったらわかるんだ!
- 愛情ある一発でも 叩いたら・・・アウト!





61

● 皮肉

● (せっかくできても)

いつもこうだといいのにねぇ

● できるなら最初からやればいいのに

いやみを言う

● 警告

(○○しないと○○するぞ) (発した側に責任が返ってくる)

おどす

- また怒られたいのか!
- 今度○○したら承知しないぞ!







※これらブルーカードは、

人間が本能的に切ってし

まいがちな行動(言動)

ですが、暴力的で相手に

伝わりにくいコミュニ

ケーションです。

問う・聞く・考え と させる ● どうしたらいい!?

● 言いなさい!答えなさい!

※これは一般の子育てでは推奨 されているコミュニケーション

- ◆前提として、成功体験をたくさ んしている子なら通じるかも。
- ◆子どもからの典型的な反応 (黙る・固まる・うそをつく)が返っ て来ても、怒り心頭にならないの なら使ってOKかもしれません。



疑問形

- 何やってんの!?
- なんでこんなことしてんの!?
- 問い詰める
- 追求する





● もう○○はずっとさせないからな

- 一週間おやつ抜きね!!
- 外出禁止ね!!
- サイズが大きい罰

・特権を取ってしまう

・楽しみに制限を加える



・もう一度させる

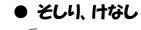
・元に戻す責任を取らせる くらいまでに抑えましょう

なし

なじる



- 人格否定
 - ・こんなこともできないの?
 - ・どうしようもないな
 - ・バカじゃない
 - ・ヘラヘラしやがって





・追求・詰問・吊るし上げ

・締め上げ・責めつける



※温かい気持ちになり、 相手に届きやすいコ ミュニケーションであ るオレンジカードに切 り替えましょう。

