



# うれしい言葉 VS イヤな言葉

## 😊♡うれしい言葉

お母さんの作ったご飯が一番美味しい!

いつもやってくれてるし、今日は俺が(家事)やとくわ

私がいるから大丈夫だよ

お母さん(お父さん)、ほんとにありがとう

つかれちゃったの? 痛い痛い飛んでけ~!

大きくなったらおんぶしてあげるね!

あなたはやれば出来る子だから頑張りなさい

いつでもあなたの味方なんだから

最近部活頑張っているね

あなたなら合格できるよ

すごいね、よくこんな問題が解けたね



あったかい言葉でみんな幸せ

自分に心があるように相手にだって心があります。自分にとって嬉しい言葉は相手にとっても嬉しい言葉。自分にとって嫌な言葉は相手にとっても嫌な言葉。まるで鏡のようですね。どうせなら、自分も人も幸せな気持ちになれるような言葉を言いませんか??

保護者の方へのアンケートで、「いつもあなたの味方だから」という言葉をもらって勇気が出たという回答を多くいただきました。「私には帰る場所がある」という「安心感」を持つことで勇気が湧いてくるのです。この安心感のことを「心の安全基地」といいます。自分の心の安全基地を持っているのと、持っていないのでは、ストレスに耐える力が違うそうです。

「いつもあなたの味方だから」今日、お子さんにも言ってみてはいかがでしょうか。すてきな笑顔が見られるのではないのでしょうか。

## 😞☹️イヤな言葉



別にいいじゃない

あっちに行ってほしい

わかってるってば

無視する

「お前」呼ばわり

うるさい!

早く勉強しなさい

お母さん疲れた、できない

あきらめたら

早くしてね

お兄ちゃんを見習いなさい

スマホばかりさわらないの

