

# 心が温かくなる言葉

心に思ったことだけを  
相手を見つめて伝える  
相手も胸に響く  
言えば気持ちがすがすがしい

心をこめて伝える  
思いが表情にも表れる  
聞けばとってもうれくなる

認める言葉 感動を伝える言葉  
勇気づける言葉 慰める言葉

感謝を伝える言葉 寄り添う言葉  
支える言葉 心をつなぐ言葉

すごいなあ  
これはすごい！  
やったね！  
よくできたね  
よくやったよ  
よくやってきたね  
いつも、よくやっているなあ  
いいなあ  
えらかったね

うまい！  
その調子！  
ナイス！  
パーフェクト！  
最高！  
集中してるなあ  
賢いなあ  
さすが！！

がんばってるね  
よくがんばったなあ  
ずっとがんばってたもんなあ  
根性あるなあ  
みんなの見ていないところで、  
いつも努力しているね

やる気いっぱいだね  
張りきってるね  
こんなに一生懸命で、えらいよ  
真剣さが伝わってきたよ  
すごい気合いだね

そうか、丁寧にがんばってたからだね  
これ、大変だったんじゃない？  
どうやって、そんなふうになれるようになったの？  
上手になっているよ  
ここまでできるとは  
自分たちでやれるとは、たいしたものだよ  
あなたならきっとできるよ  
これを待っていたんだよ！

こういうの、私は好きだな  
気がきくなあ  
今日はいつもと違うね（いつも見てますよサイン）  
これまでの努力が実ったんだね  
積み重ねの成果だね  
どんどんよくなっているよ

よく考えたね  
どうやって考えついたの？  
よく気づいたなあ  
気づくのが早いね  
よく気がつくね  
よく気がついてくれたね  
よく思いついたね  
思いつかなかったなあ  
どういうふうにしたの？すごいなあ  
難しい問題なのに、よく考えたね  
よく調べたね。さん、すごい！  
すごい工夫だね  
先生ビックリしたよ  
たいしたもんだね

いいこと言うなあ  
いい声だね  
よく通るすてきな声だね  
君は、音読がとくいだね  
あなたの字は、温かみがあるね  
いい字を書くなあ。心がこもってる  
こんなにたくさん書いたの  
くわしい説明だったね  
とってもわかりやすい発表だったよ  
いい声が聞こえてきたね  
いいニュースを見つけたね  
すごい発見だね！  
さすが、理科博士！  
よく見て描いてるね  
伸び伸びと描いたね  
力作だね  
きれいな音色だったよ  
心のこもったすてきな演奏だったよ  
さんのおかげで、いい勉強ができたね  
そうじの仕方がうまいね。家でも手伝ってるの？

すごくていねいなふき方だね  
きれいになったね。気持ちがいいな  
一緒に食べるとおいしいね  
（「おいしいね」は最高の調味料）

苦手なものも、がんばって食べたんだね  
すてきな笑顔だね  
いい目をしているね  
目がキラキラしてるね  
あったかいまなざしだね

今までで、1番いいと思うよ。  
わかっていても、なかなかできないことだよ  
あなただからできたんだよ  
一人で、最後までよくがんばったね  
最後まであきらめないで、えらかったよ  
くじけないで、よく頑張ったね  
結果よりも、がんばろうとした  
その気持ちがうれしいよ  
やろうとしたことが大切なんだよ  
成功することよりも、チャレンジすることの方が  
ずっと大事なんだよ

友達のいいところを、よく見てたね  
やさしいなあ  
友達思いだね  
友達のことを考えてくれたんだね  
思いやりがいっぱいだね  
あったかい言葉だね  
あなたの気持ちはきっと伝わったよ  
きつとうれしかったと思うよ  
きつと　さんは喜んでるよ  
お母さんが喜んでたよ  
先生が、ほめてたよ  
うれしいね  
楽しいね  
悲しいね  
辛いよね  
寂しいんだね  
苦しいんだね  
怒っているんだね

我慢できないことだってあるよね  
言えないことだってあるよね  
何も手につかないときだってあるよね  
そう思うのは当然だよ  
あなたはまちがってないよ  
あなたは悪くないよ  
それは、あなたの責任じゃないよ  
あなたのしたことは正しいよ  
あなたはと思う？  
あなたは どうしたい？  
うまくいっていないのなら、どうしたらいいかなどうなっ  
たらいいと思う？  
どうしたら気持ちが楽になるかな  
今、あなたは何ができそう？

顔がとっても生き生きしてるね  
動きがテキパキしていて、見ていて気持ちいいな  
そこがあなたの長所だと思うよ  
あなたのそういうところが好きだな  
あなたみたいになりたいな  
あなたのようになれたらいいのに  
あなたがいると、クラスの雰囲気が明るくなるよ  
あなたと一緒に楽しかったよ  
一緒にいると元気が出てくるよ  
あなたが必要だよ  
あなたは大切な人だよ

元気？  
元気がないみたい  
心配だな  
いつも気になっているんだ  
辛いのによく頑張っているよ  
今は自分のことだけ考えていいんだよ  
もう一人ががんばらなくていいんだよ  
辛いときは甘えていいんだよ  
ときには人を頼っていいんだよ  
泣いたっていいんだよ  
あなたは一人ぼっちじゃないよ  
私に手伝えることはある？  
私にできることがあったら、何でも話してね  
力になりたいな  
打ち明けてくれてうれしいよ  
正直に話してくれてありがとう  
一緒に考えようね  
一緒にがんばっていこうね  
一緒に乗り越えていきたいな  
あなたを応援してるよ  
ずっと見守ってるよ  
信じてるよ

わあ、うれしいな  
すごくうれしいよ  
とっても助かったよ  
さんがいてくれてよかった！  
**あなたのおかげだよ**

ありがたいなあ  
頼りになるなあ  
頼りにしてるよ  
ありがとう  
いつもありがとう  
サンキュー！

人は、成績がよいとか何かができるからではなく、あるがままの自分を受け止めてもらえる（存在が認められる）ことがあって初めて、他者との比較をおそれずに自分の長所・短所を受け容れ、自信を得ていくことができます。

存在を認め、思いやりを伝え、関係を結び、維持し、支えるような言葉かけ（いたわり、励まし、慰め、感動、感謝の言葉）の基盤の上に、「うまくできた」「正しい」「すばらしい！」という賞賛の言葉かけがあると、自己実現への心理的土台である自己肯定感が高まっていきます。

「ありがとう」「あなたのおかげ」...感謝の言葉は、相手の行いや言葉だけでなく『存在』さえも肯定する言葉です。

「日常の平凡で小さなできごと」に喜び、感謝して表現していると、相手はもちろん自分自身も幸せな気持ちになっていきます。