

## 忙しいママの子育ては“ほめたいのに叱ってしまう”現実が浮き彫りに！

そんなママへのオススメは、お風呂でのホメニケーション  
～ 絶好のチャンスは“ひとりシャンプー”ができた時！！～

花王メリットは、10月10日（土）の『メリット 泡で出てくるシャンプー キッズ』発売を記念して、小学校入学前の5歳～6歳の子を持つ全国の母親600名を対象に「忙しいママとお子様とのコミュニケーションの実態、及びお子様を『ほめる/叱る』ことについての意識・実態に関する調査」を行いました。

その結果、忙しいママが理想とする「ほめる：叱る」のバランスが「7：3」であるのに対し、現実には「4：6」と逆転している実態がわかりました。忙しいママは、本当は叱るよりもほめたいのに、現実には叱る方が多くなっているようです。また、そんな忙しいママが子どもとの絆を深める貴重な場と考えている場所が「お風呂」であることも明らかになりました。

そこで忙しいママにぜひオススメしたいのが、お子様への“お風呂でのホメニケーション”です。

例えば、お子様にとって難易度の高いチャレンジである「ひとりシャンプー」ができるようになった時は、ホメニケーションの絶好のチャンスと言えます。子育て支援士として活躍する田宮 由美氏も、「お風呂での『ひとり洗い』は子どもを伸ばすほめ方が自然にできる良い機会です」とのコメントを寄せています。

今回の調査結果の要旨は以下の通りです。

※ホメニケーション：ほめる×コミュニケーションを掛け合わせた造語。福田健氏が『「ほめる力」がすべてを決める！（PHP研究所）』の著書の中で考案。



### 主な調査結果

- 忙しいママはお子様とのコミュニケーションが不足気味！？  
78.8%はもっとお子様とのコミュニケーションを取りたいと回答。
- 忙しいママにとっての理想の「ほめる：叱る」のバランスが7：3であるのに対し、現実には4：6と逆転している実態が明らかに。  
また、忙しいママの81%がお子様を叱りすぎていると自覚していると回答。
- コミュニケーションの穴場はお風呂!? 「ほめる/叱る」が少ない日常シーンの1位はお風呂。  
一方で、忙しいママの94%が、お風呂を親子の絆を深める貴重な時間だと感じていると回答。
- お子様にとってお風呂で行う最も難しい行為は「ひとりでシャンプーをする」こと。  
親にとってもお風呂で行うことで最も大変なことは「お子様の髪を洗ってあげること」という結果に。

#### 調査概要

- 調査期間：2015年9月25日～9月28日
- 対象：全国女性合計600名  
条件：第一子のお子様の年齢が5歳もしくは6歳の母親各300名  
現在の毎日の暮らしが忙しいと感じている人（忙しいママ）
- 方法：インターネットによるアンケート回答方式（楽天リサーチ株式会社）

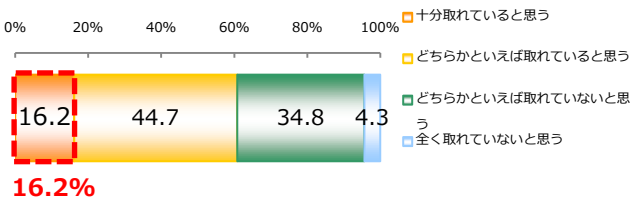
**忙しいママはお子様とのコミュニケーションが不足気味!?**  
忙しいママの78.8%はもっとお子様とのコミュニケーションを取りたいと回答。

平日のお子様とのコミュニケーションについて、平日お子様と過ごす時間を十分に取れていると回答した人は16.2%にとどまり、忙しいママの78.8%は**お子様と過ごす時間をもっと取りたい**と感じていることが明らかになりました。

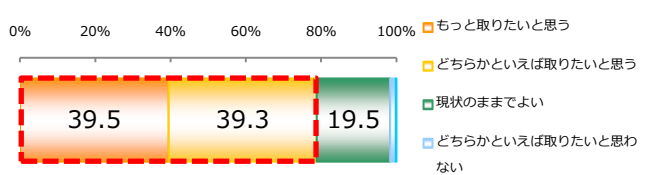
また、理想のコミュニケーション時間は、今確保できている時間にプラスして平均1時間18分という結果でした。

日々の生活が忙しいと感じているママにとって、**お子様とのコミュニケーション時間が大幅に不足している**という実態がわかりました。

Q1. .あなたは平日、お子様と過ごす時間を十分に取れていると思いますか。(回答者：全員)



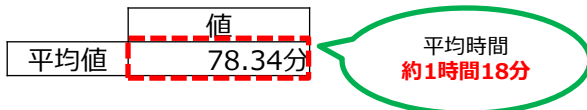
Q2. .あなたはお子様ともっとコミュニケーションを取りたいと思いますか。(回答者：全員)



78.8%がもっとコミュニケーションを取りたいと思っている

Q3. .平日、あとどのくらいお子様とのコミュニケーション時間を取りたいですか。

(回答者：Q1で「もっと取りたいと思う」「どちらかといえば取りたいと思う」と回答された方 473人)



**忙しいママの「ほめる/叱る」の実態!**  
理想と現実とで大きなギャップが発生。「ほめる/叱る」のバランスが逆転!

お子様とのコミュニケーションにおいて重要な「ほめる/叱る」に着目し、忙しいママの実態を調査したところ、「ほめる/叱る」のバランスは**理想と現実とで大きな差がある**ことが明らかになりました。「ほめる：叱る」の理想の割合は「7：3」であるのに対し、現実の割合は「4：6」という結果でした。叱るよりもほめてあげたいという本音とは裏腹に、実際には思い通りにお子様をほめてあげられていない忙しいママが多いようです。

Q4. .平日において、お子様を「ほめる」「叱る」の割合は何対何になりますか。

現実と理想の数値をそれぞれお答え下さい。(回答者：全員)

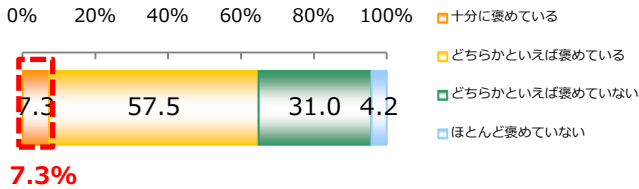
【現実】				【理想】			
ほめる		叱る		ほめる		叱る	
平均値	4.30	平均値	5.70	平均値	7.07	平均値	2.93

ほめたいのに叱ってしまいがちな現実が明らかに

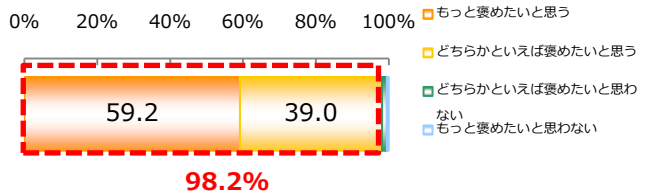
## <忙しいママのほめ実態>

忙しいママのほめ実態に関して調査した結果、お子様を十分にほめていると答えたママは7.3%にとどまり、**十分にお子様をほめられていないママが圧倒的**であることが明らかになりました。また、98.2%のママが、機会があればお子様をもっとほめてあげたいと感じていました。

Q5. .普段あなたはお子様をどのくらいほめていると思いますか。(回答者：全員)



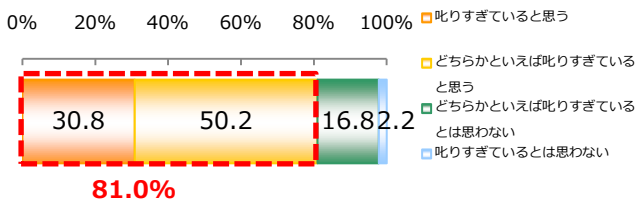
Q6. .あなたは機会があれば、お子様をもっとほめたいと思っっていますか。(回答者：全員)



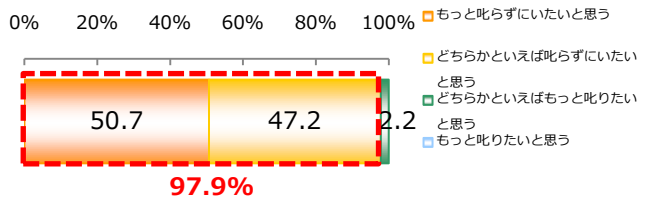
## <忙しいママの叱り実態>

忙しいママの叱り実態に関して調査した結果、お子様を叱りすぎていると答えたママは81%にものぼり、**お子様を叱りすぎてしまうママが多い**ことが明らかになりました。一方で、97.9%のママがお子様を叱らずにいたいと感じていました。

Q7. .あなたはお子様を叱りすぎていると思いますか。(回答者：全員)



Q8. .あなたはお子様を叱った後、どんなことを感じますか。(回答者：全員)



**81.0%**が叱りすぎていると思っている

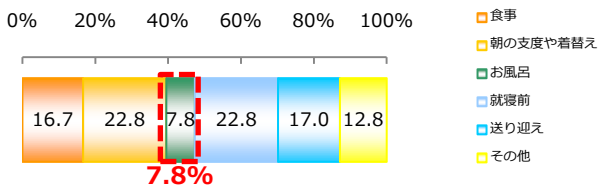
**忙しいママとお子様のコミュニケーションの穴場はお風呂!?  
お風呂は親子の絆を深める場と感じつつも、「ほめる」ことが少ない実態が明らかに。**

日常生活において「ほめる/叱る」が多い場/少ない場を調査したところ、「ほめる」場で多いのは就寝前と支度や着替えのシーン、「叱る」場で多いのが着替えや食事のシーンでした。また、「ほめる/叱る」が少ない場の1位は、共通してお風呂であることがわかりました。

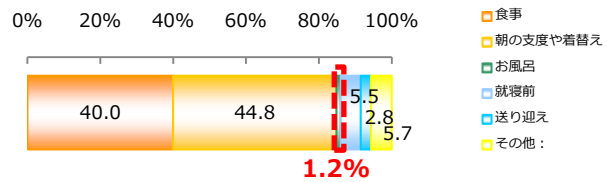
一方で、忙しいママがお子様とお風呂をどのように感じているのかを調査した結果、**71.2%のママはお子様とお風呂に入ることを楽しいと感じており、94%のママはお風呂の時間を親子の絆を深める貴重な時間だと感じている**ことが明らかとなりました。

お風呂を楽しい時間、親子の絆を深める時間と認識しているにも関わらず、実際には「ほめる/叱る」ことが少ないコミュニケーションの谷間となっている実態から、**お風呂は忙しいママとお子様のコミュニケーションの穴場**であると言えるかもしれません。

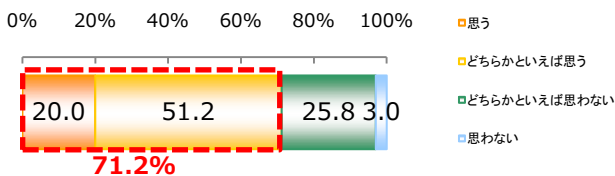
Q9. .特に良くほめるのはどの場ですか。(回答者：全員)



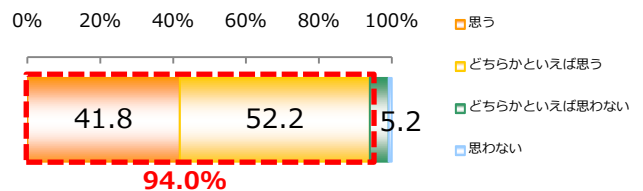
Q10. .特によく叱る事が多いのはどの場ですか。回答者：全員)



Q11. .あなたはお子様とお風呂に入ることを楽しいと思えますか。(回答者：全員)



Q12. .お子様とお風呂に入る時間は親子の絆を深める貴重な時間だと思えますか。(回答者：全員)



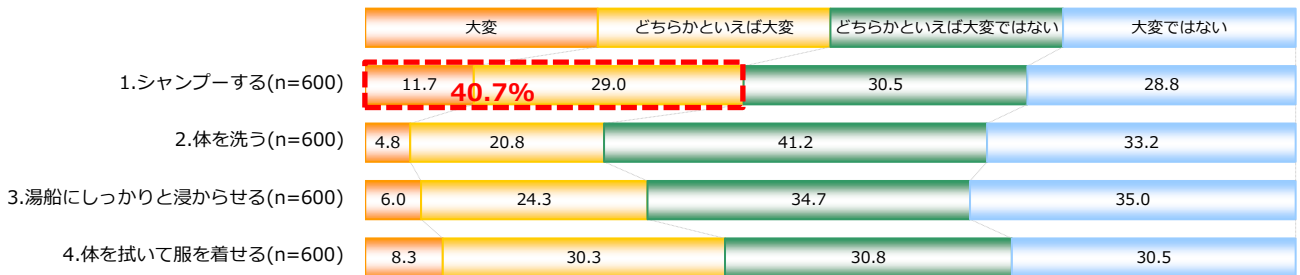
**94.0%**がお風呂を親子の貴重な時間だと思っている

**お子様にとってのお風呂での最難関行為は“ひとりシャンプー”！  
91.8%の忙しいママがお子様早くシャンプーができるようになって欲しいと回答。**

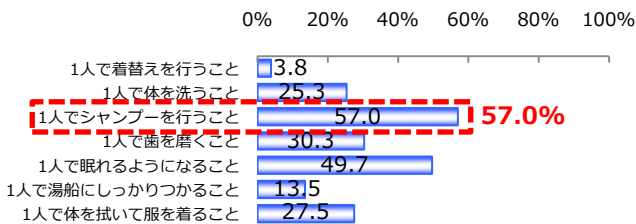
お子様とお風呂で一番大変なことはシャンプーをしてあげることだと、忙しいママの40.7%が回答しています。また、お子様が最後までひとりできなかつたことを聞いたところ、57%のママがシャンプーと回答しており、お子様にとってひとりシャンプーをすることは難易度が高いことが明らかとなりました。

さらに、忙しいママの91.8%がお子様早くひとりシャンプーができるようになって欲しいと回答しており、シャンプーのひとり洗いを習得させることの難しさがうかがえます。

Q13. お風呂でお子様にしてあげることの中の大変さについてお答えください。（回答者：全員）

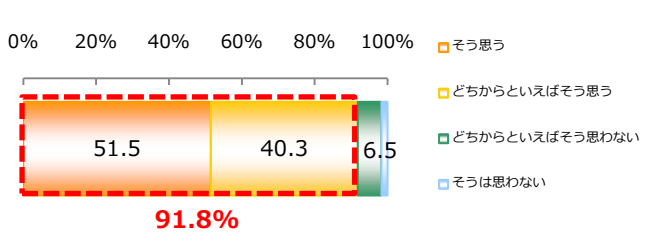


Q14. お子様が一行為のうち一番最後までできなかつたものはどれですか。（回答者：全員）



ひとりでシャンプーを行うことが一番難しいと思っている

Q15. お子様早く1人でシャンプーできるようになって欲しいと思いますか。（回答者：全員）





## 子育て支援士 田宮 由美 (たみや ゆみ) 氏

子ども能力開花くらぶ「ちゅーりっぷ ふれんず」代表  
小学校教諭・幼稚園教諭・保育士・日本交流分析協会 子育て支援士

幼児教室の指導者、また幼稚園・小学校・中学校でのさまざまな立場からの勤務を経て、2010年に独立。奈良新聞社発行の小学生新聞など、他多数の執筆。

携わった仕事や子育て支援のボランティアと自らの子育てをもとに行うアドバイスが、親の気持ちに寄り添い、実生活に落とし込んでいることで好評を得、保育園での講演や県・市後援のセミナーで講師を務めるなど現在は執筆、講演、セミナーを中心に活躍中。

著書：「子どもの能力を決める0歳から9歳までの育て方」KADOKAWA

### 子どもを伸ばすほめ方が自然にできるお風呂の"ひとり洗い"

子どもをほめることは、子どもに自信をつけさせることになり、それはワンステップ上へのことにチャレンジする意欲へと繋がります。

調査結果でも明らかになっているように、「もっと子どもをほめてあげたい」と感じておられるお母さんは多いですが、忙しくてなかなか思うようにはいかないのが現実のようです。

そこでお勧めなのが「お風呂」タイムです。お風呂での親子の関わりは、短時間で濃いものとなります。何故なら、お部屋より狭い空間で、気を散らすものもありませんので、必然的に相手への注目度は高まり、ひとつの言葉もより深く響くことが多いからです。そのような場面で子どもの言動をほめてあげるとは、より効果が増すでしょう。

中でも、子ども自身が難しいと感じている"ひとり洗い"が出来たときにほめてあげると、子どもは大きな達成感を感じると同時に、日常生活でも、更に困難なことへチャレンジする意欲をも抱くようになります。

ここで、一般的に子どもを伸ばすほめ方として、最も大切な3つのポイントをお伝えします。

- ① 結果ではなく、努力した過程をほめる。
- ② 具体的なことを指してほめる。
- ③ 兄弟やお友達と比べるのではなく、過去の本人と比較してほめる。

そう考えますと、お風呂でひとり洗いが出来たときは、

「よく、頑張ったね！」

「シャンプーを使って、髪の毛をキレイに洗えたね！」

「今までは、お母さんが手伝っていたのに一人で洗えるようになったね！」と、

子どもを伸ばすほめ方の全てが自然な形で伝わります。

そして子どもはお母さんだけでなく、お父さんにもほめてもらおうと、もっと嬉しく感じるでしょう。子どもと一緒に風呂に入ってもらおうことで、更に素敵な育メンパパになってもらえますね。

**毎日入るお風呂、積み重ねれば大きな時間となります。有効に使うことが、将来伸びる子どもに育てるカギの一つになるとも言えるでしょう。**





## “ひとり洗い”が楽しくなる 花王「メリット」の新製品＜製品紹介＞

### 『メリット 泡で出てくるシャンプー キッズ』新発売

子どもの洗髪実態について、年齢ごとに調査したところ、早い子では2歳～3歳頃からひとりで髪を洗い始めます。しかし、すぐに洗髪からすすぎまでひとりでできるようになるわけではなく、8歳頃までは4割以上の親が仕上げ洗い等を手伝っていることがわかりました。そして、多くの親は、子どもが“ひとり洗い”をする際に、髪の手前だけを洗っていて頭全体を洗えていないことや、きちんとすすぎしていないことを気にしています。（花王調べ）

このたび新たに発売する『メリット 泡で出てくるシャンプー キッズ』は、子どもの“ひとり洗い”にオススメのシャンプー。はじめから泡で出てくるので、頭全体に泡が広がり、子どもの指でもすすい洗えます。泡切れもよいので、さっと流れて早くすすぎます。さらに、「メリット」の皮脂洗浄技術により、子どもの弱い力でもしっかり洗えて汗のニオイや汚れをすっきり落とします。ボトルにも配慮し、子どもでも押しやすいポンプを採用しました。

「メリット」は、子どもが楽しく上手に洗える泡タイプのシャンプーを提案することで、子どもの“ひとり洗い”を応援してまいります。

商品名：メリット 泡で出てくるシャンプー キッズ

内容量：本体300ml / つめかえ用240ml

価格：オープン価格

発売日：2015年10月10日（土）

地域：全国

#### 【商品特長】

- “ひとり洗い”が楽しくなる♪ 弱い力でもしっかり洗えてすすぎも早い
- 細かい泡が汚れを浮かせて落とすから、汗のニオイや汚れもすっきり
- 髪と地肌と同じ弱酸性
- すっきり洗えるノンシリコン処方
- ナチュラルフローラルのやさしい香り
- お子様でもラクに押せるポンプ

#### 【メリット 泡で出てくるシャンプー キッズ ホームページ】

<http://www.kao.co.jp/merit/kids/>

