



## 『でも』『だって』『どうせ』を 言い換える

親子の会話で、『でも』『だって』『どうせ』とつい言ってしまうことはないですか？例えば、

子ども	：「お母さん、アイス買って！」	
親	：「『 <u>でも</u> 』、さっきおやつを食べたばかりでしょ。」	
子ども	：「『 <u>だって</u> 』、あのおやつだけじゃ足りなかったんだもん。」	
親	：「今日は我慢なさい。」	
子ども	：「『 <u>どうせ</u> 』何を言っても買ってくれないでしょ。」	(会話は生成 AI で作成)

これらの言葉は、自分の考えを少し別の言い方にして伝えてしまうようです。『でも』の後に続く一言は、次のように言い換えてみると印象が変わります。

「さっきおやつ食べたばかりでしょ。」 → 「(私は)今は食べてほしくないと思ってるの。」

また、『どうせ』には自分の気持ちをあきらめ、不満を残しているような印象になります。

さらにこれらの言葉は、相手の気持ちを受け取らずに自分の言いたいことだけを押し付けてしまう伝え方になりがちです。そして、自分のことを棚に上げて、相手のせいにしてしまうという意味が表われてきます。

そこで、これらの言葉がつい出てしまった時は、別の言い方を一緒に考えてみてはいかがでしょうか。ゲーム感覚でもよいと思います。「あ一言った!」とこれらの言葉を見付け、言い換えを一緒に考えます。言い換えるポイントは『(私は)～と思う』にすることです。よい言い方を見付けられたら、相手を責めることなく、本当に自分がしたかったことや思っていたことを素直に表現できるはずです。言葉遊びのようですが、楽しみながら会話ができるといいですね。

お子さんの学校生活、親子関係や子育てなど、様子で気になることにつきまして、広くご相談を受け付けております。遠慮なくお声掛けください。

ご相談の申し込みやご不明な点については、学校の担当窓口にお問い合わせください。

**電話番号：011-662-5227**

### らいこうび よてい 【来校日の予定】

	9:00~12:00	13:00~16:00
6月	22日	
7月	1日、22日	6日、13日
8月	31日	26日
9月	9日、24日	14日、28日