お悩み別
ママが読むべき子育て本10選

おうち受験コーチング2026

子どもが自分から勉強してくれない





『子ども教育のプロが教える 自分で考えて学ぶ子に育つ声かけの正解』(庄子寛之) 出版社/ダイヤモンド社

「何度言っても自分から動かない」と悩む親に向け、子どもが考え、選び、行動する力を育てる声かけを紹介。心理学や教育データをもとに、勉強だけでなく将来にもつながる主体性を伸ばしたい家庭に役立つ一冊です。

『勉強しない子に「勉強しなさい」と言っても、ぜんぜん勉強しないんですけどの処方箋』(石田勝紀) 出版社/ダイヤモンド社

ゲームばかりで勉強しない、親の言うことを聞かない——そんな悩みを、子どもの個性や親子のタイプの違いから読み解きます。管理しすぎず放置もしない、自立に向けたちょうどよい距離感を考えるヒントが得られます。

受験・進路への親の関わり方がわからない



『中学受験 親がやるべきサポート大全』（菊池洋匡）出版社/SBクリエイティブ

塾選び、志望校、模試の結果、家庭での声かけなど、中学受験で親が迷いやすいテーマを幅広く解説。合格だけをゴールにせず、親子関係と子どもの成長を大切にしながら受験を乗り切りたい家庭におすすめです。



『12歳から始める 本当に頭のいい子の育てかた』（孫辰洋／監修：中山芳一）出版社/ダイヤモンド社

偏差値や目先の合格だけでなく、変化の大きい時代を生きるために必要な力を、12歳頃からどう育てるかを考える本。子どもの興味や個性を尊重しながら、受験の先まで見据えた進路選びをしたい親に新しい視点をくれます。

スマホ・SNS・AIとの付き合い方が心配



『スマホを持たせる前に親子で読む本』(山口真一)出版社/時事通信出版局

スマホをいつ持たせるか、どんなルールを作るか、SNSや生成AIとどう付き合うかを親子で考えるための本。禁止や監視だけに頼らず、ネット上の情報を見極め、自分と相手を守る力を育てるきっかけになります。

感情の爆発や反抗にどう対応したらよいかわからない



『キレる子どもの気持ちと接し方がわかる本』(原田謙)出版社/講談社

子どもが突然怒る、暴言を吐く、注意するとさらに荒れる——その背景にある気持ちや心のSOSを、児童精神医学の視点から解説します。行動だけを抑えようとせず、子どもが落ち着ける環境と関わり方を考えたい親におすすめです。

子どもの特性や学校での困りごとを理解したい



『発達障害の子が羽ばたくチカラ 気になる子どもの育ちかた』(監修・著：川崎聡大／著：川上康則・神谷哲司・三富貴子・和田一郎・石田賀奈子)出版社/KADOKAWA

発達の凸凹や学びにくさが気になるとき、家庭・学校・地域でどのような支援ができるかを専門家が解説。子どもの困りごとを本人の努力不足にせず、特性に合った環境や伝え方を整えるための具体的な視点が得られます。

学校に行きたくないと言われた



『不登校からの回復の地図』(明橋大二)出版社/青春出版社

「学校に行きたくない」「朝起きられない」と言われたとき、親はどう受け止めればよいのか。不登校支援に長年携わる心療内科医が、回復に必要な考え方を伝えます。先の見えない不安を抱える親の心も支えてくれる一冊です。

親自身が疲れている・子育てに自信が持てない



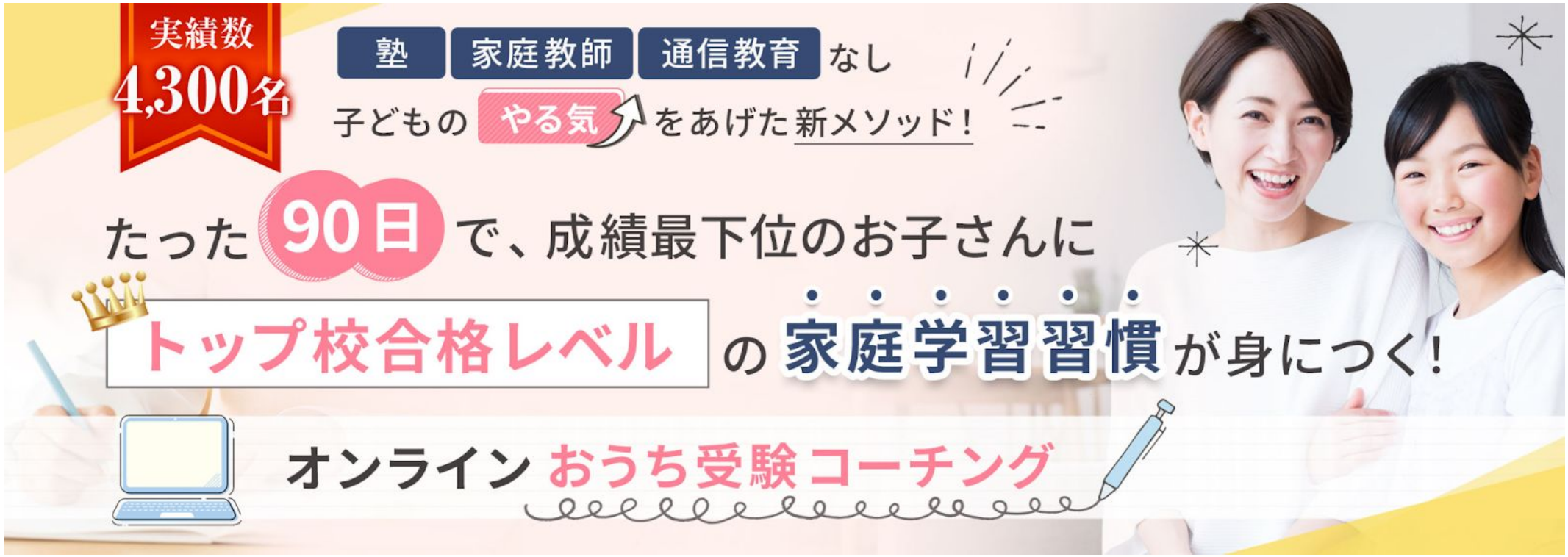
『ジョンズ・ホプキンス大学児童精神科医が教える 育児の本質』（チ・ナヨン／訳：李明華）出版社/ダイヤモンド社

正解を探し続けて疲れてしまった親に、完璧な子育てよりも大切なことを教えてくれる本。児童精神科医の知見をもとに、親自身の心を整え、子どもとの関係を根本から見直すための考え方がまとめられています。



『新装版 大丈夫！子育て順調よ！』（熊丸みつ子）出版社/かもがわ出版

イライラする親も、反抗する子どもも、成長の途中にいるからこその姿。乳幼児期から思春期までの親子に向けた温かなメッセージが詰まっています。「これで大丈夫」と肩の力を抜き、わが子の成長を信じたくなる一冊です。



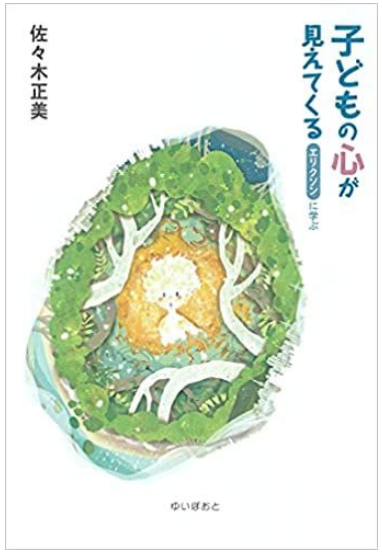
👇無料説明会はLINEにてご予約ください👉

https://liff.line.me/1657435771-3Oe1xdpM?liff_id=1657435771-3Oe1xdpM&is=ytfxN7UbB6

おまけ：定番おすすめ
ママが読むべき子育て本10選

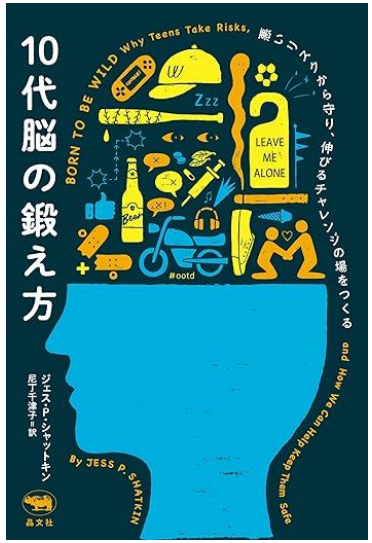
おうち受験コーチング

子どもの心と脳を理解する



佐々木正美『子どもの心が見えてくるーエリクソンに学ぶ』ゆいぽおと

乳児期から老年期までの発達課題と時期に合わせた周囲の対応がわかる。



ジェス・P・シャットキン『10代脳の鍛え方: 悪いリスクから守り、伸びるチャレンジの場をつくる』晶文社

大人になる前の若者は、なぜ危険なものに惹かれ、向こう見ずな行為に走るのか?
アメリカを代表する児童心理の専門家が、脳科学や生理学、発達心理学などの最新の知見から、10代の脳と体、心、行動の仕組みを解き明かし、子どもたちを悪いリスクから守り、「立ち直る力(レジリエンス)」を鍛える有効な方法を伝える。

９つのタイプから、才能の伸ばし方を知る

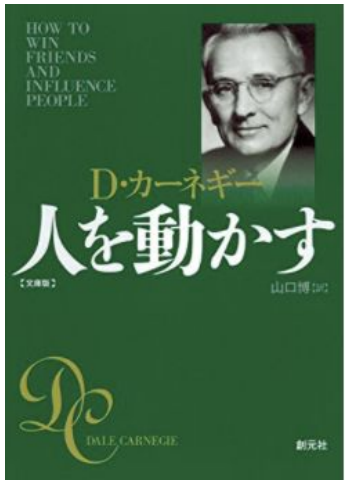


坪田信貴『人間は9タイプ 子どもとあなたの伸ばし方説明書』KADOKAWA
エニアグラムのそれぞれのタイプの子がどう成長していったかを書いている。
わが子と同じタイプの子の事例を読むことで、見通しが立てられるようになる。



森山真有『トライ式伸びる子の勉強法』ゴマブックス
エニアグラムのタイプに合わせた学習法について、詳しく書かれている

子どものやる気を引き出し行動させる



D・カーネギー『人を動かす』創元社
人間関係を良くしたい全ての大人に読んで欲しい名著。
人が生きていく上で身につけるべき人間関係の原則を、長年にわたり丹念に集めた実話と、実践で磨き上げた事例を交え説得力豊かに説き起こす。



江藤真規『子どもを育てる 魔法の言い換え辞典』扶桑社
子どもへの声かけを変えたいけれど、どんな言葉にしたら良いかわからない方へ。たくさんのアイディアが詰まっている。



藤代圭一『子どものやる気を引き出す７つのしつもん』旬報社
一日一回の〝問いかけ〟によって、子どもが変わる。
家庭でのコミュニケーションに、学校の授業に、スポーツ指導にも役立つ事例と秘訣が満載。

脳のポテンシャルを最大限に引き出す



川島隆太『頭のよい子に育てるために3歳から15歳のあいだに今すぐ絶対やるべきこと』アチーブメント出版

脳科学の権威である川島先生による「子どもたちの健やかな脳の発達を支える」ための研究成果と親への提案。



池谷 裕二 林 成之 池田 貴将 本田 真美 菅原 洋平 (監修)『今すぐできる!! 脳が喜ぶ最強の勉強法』洋泉社

脳と体のメカニズムを知ることで、たとえ短時間でも学習効率を最大化できます



出口汪『子どもの頭がグンと良くなる！国語の力』水王舎

子どもの地頭を鍛え、全ての学習の根本となる論理的思考力を育てる方法をわかりやすく説明

番外：おうち受験コーチング出版書籍





鈴木詩織『おうち受験コーチング』みらいパブリッシング

子どもへのコーチング、９タイプ別声かけ、学習科学に基づく効果的な学習法についてポイントが書かれている

鈴木詩織・日本エニアグラム学会『おうちエニアグラム』みらいパブリッシング

９タイプ別の子どもの深層心理に迫る。親子なのになぜ分かり合えないのか、その謎がとけ、親子で承認しあえる関係となる。

おまけ

子育ては、報われないことの方が多いかもしれません。
それでも、おうち受験コーチングは、みなさんとみなさんのお子さんに、
豊かで実りの多い人生を送って欲しいと願っています。
子育てに疲れたら、こんな本を手にとってみてください。





