

子どものほめ方・叱り方

～ペアレント・トレーニングを中心に～

NPO法人み・らいず2

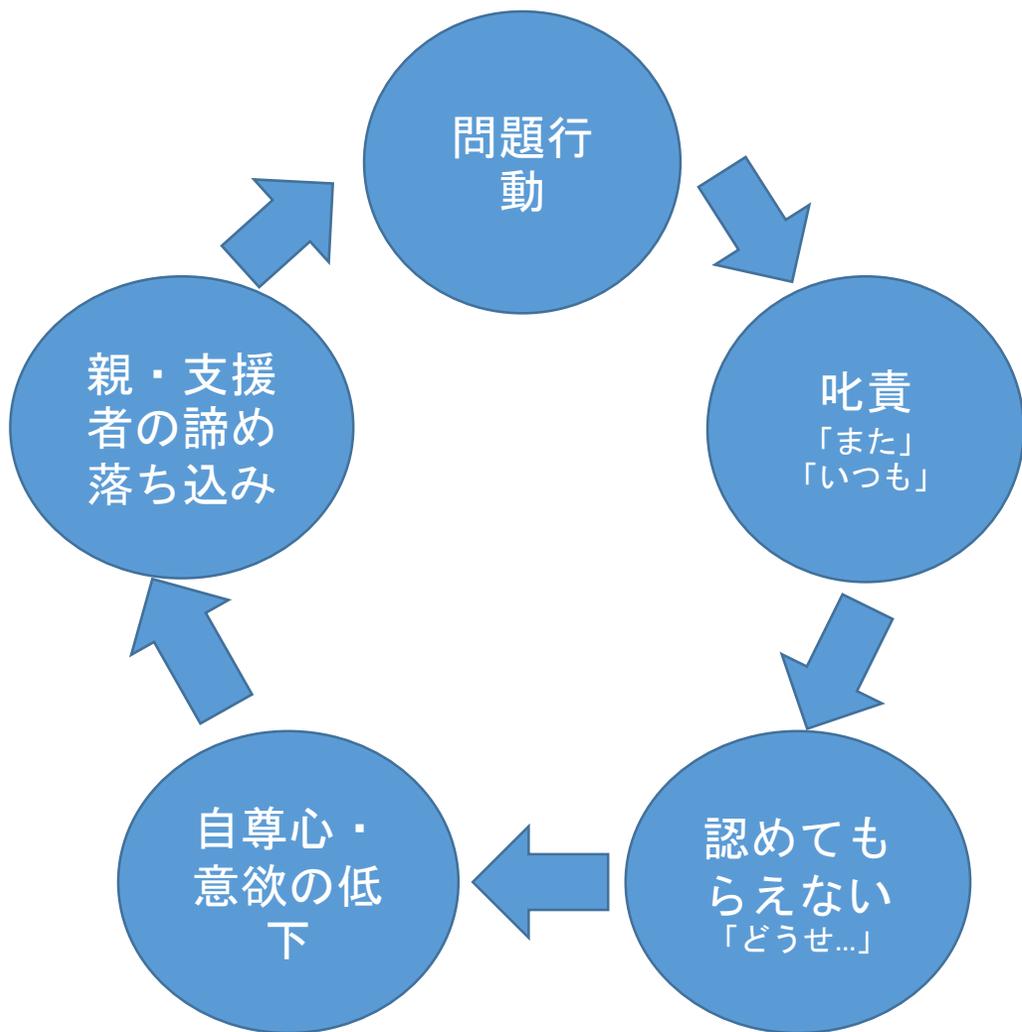
野田 満由美

(臨床発達心理士・精神保健福祉士)

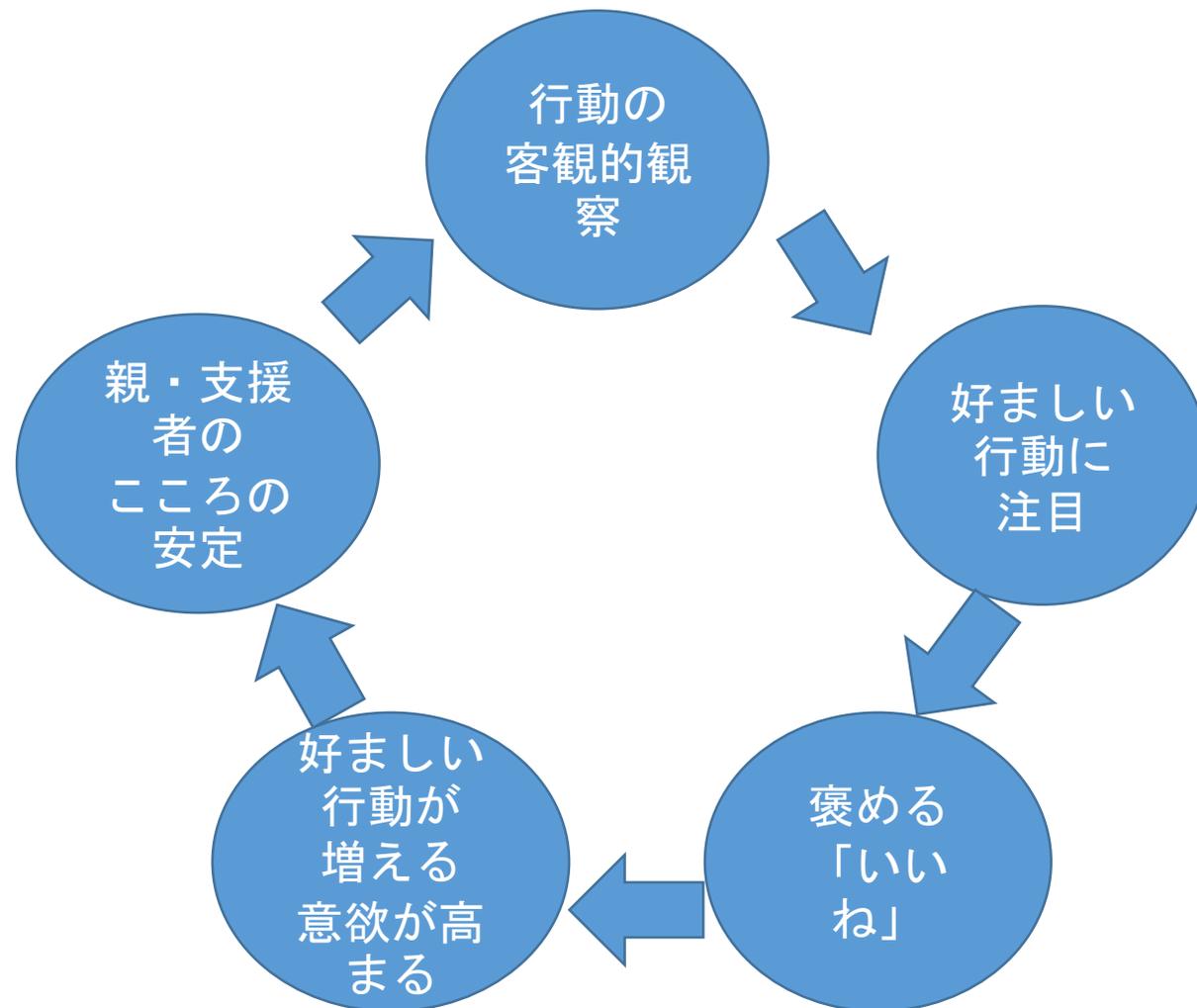
この時間に学んで欲しいこと

- 子どもの「行動に着目する」という考え方
- ペアレントトレーニング」という考え方
- 実際のほめ方・叱り方について学ぶ。

関わりの悪循環



関わりの好循環



「ペアレントトレーニング」

- 1970年代頃からアメリカを中心に実施され始める。
- 子どもの行動変容の技術を親（関わる大人）が習得することが目的。
- 子どもの「行動」に着目した「行動療法」を基礎としている。

ステップ1：子どもの行動を観察・記録する

状況・きっかけ	行動	対応・結果
友人とのトラブルがあった	居場所で他の子どもに暴言を吐く	支援員から注意され、反発する
退屈な時間を過ごしている	騒ぐ	お菓子をもらって落ち着いた
他の子どもとのトラブルがあった	しばらくすると自ら謝れた	支援員から謝れたことを評価された

ステップ2:子どもの行動を分類する

好み、増やしたい行動	嫌いな、減らしたい行動	許しがたい、なくしたい行動
<ul style="list-style-type: none"> • ゲームの順番を替わってもらった時に「ありがとう」と言えた • 自ら宿題に取り組み始めた 	<ul style="list-style-type: none"> • 「すぐにやめる」と言いながらなかなかゲームを止められない • 集団での遊びのなかでほかの子どもの妨害をする 	<ul style="list-style-type: none"> • 友人に向かって「死ね」と暴言を言う • 大人に対して物を投げるなどの行為がある

ステップ3:行動へのアプローチを理解する

好み、増やしたい行動	嫌いな、減らしたい行動	許しがたい、なくしたい行動
<ul style="list-style-type: none"> ・ゲームの順番を替わってもらった時に「ありがとう」と言えた ・自ら宿題に取り組み始めた 	<ul style="list-style-type: none"> ・「すぐにやめる」と言いながらなかなかゲームを止められない ・集団での遊びのなかでほかの子どもの妨害をする 	<ul style="list-style-type: none"> ・友人に向かって「死ね」と暴言を言う ・大人に対して物を投げるなどの行為がある
<p>「褒める」 すぐに・具体的に・気持ちを込めて</p>	<p>「褒めるまでの待ち」 「計画的無視」 注目を外し、好ましい行動のタイミングを見計らう</p>	<p>「警告した上での『タイムアウト』」 きっぱりと（納得できるルールを伝えた上で）</p>

ステップ4:褒め上手になる

- ①視線を合わせて
- ②近づいて
- ③感情・動作を込めて
- ④タイミング（すぐに・直後に）
- ⑤簡潔に。具体的に

★ポイント★

子どもが「褒められている」と感じることができかどうか

子どもへの指示の仕方

テクニック1: 予告

- 予告＝本人との約束
- 約束内容の確認
- 本人の意向も確認

テクニック2: CCQ

- Calm＝穏やかに
- Close＝落ち着いて
- Quiet＝静かに

テクニック3:ブロークンレコード

- 指示に従うまで、単調に繰り返す
- 子どもが口答えしたり、言い訳をしたときのみ
- 子どもがイライラしたり、指示を聞かなかつたり、応戦してきたら注意、警告する。

大事なことは…

- ①穏やかさを保つ
- ②同じ言葉で正確に
- ③せかさない
- ④落ちついた感じで

テクニック4:トークン

- 項目は子ども自身で決める
- 楽しみでやる気のでるトークン（ごほうび）の設定
- 毎回、出来たことを見えやすい形で確認する
- 同時に、好ましい行動となくしたい行動を明らかにする