

応用編①

ほめる・注目を取り去る・指示の組合せ

遊びがやめられず、いつもおもちゃを片づけられない子どもには、どんな風に声をかけたらいいでしょう？

(給食準備を始める5分前に) 保:保育士 子:子ども

保「もうすぐ給食よ。あと2周したら電車を片づけてね」(←予告)
 子「片づけないで遊び続ける」(←注目を取り去る)
 ↓(3分後)
 保「電車を片づけてね」(←CCQで)
 子「えーまだ遊びたいよ！」(←文句は注目を取り去る)
 ↓(30秒後)
 保「電車を片づけてね」(←CCQで)
 子「やだなー」(←文句は注目を取り去る)
 保「電車を棚にしまう？線路を箱にしまう？」(←選択)
 子「えー、じゃ、線路」と言って、箱に投げて(←不適切な入れ方は注目を取り去る)入れる(←入れたことはほめる行動)
 保「わあ、線路しまってくれて、ありがとう」
 子「いくつか線路をしまい続ける」(←ほめる行動)
 保「いっぱい線路しまえたねえ」
 保「こんな風に(ゆっくり入れるところをみせて)ゆっくり、静かに、箱に入れようね」(←指示)
 子「だんだん、静かに入れられる」(←ほめる行動)
 保「大事に、静かにしまえて上手だね」と頭をなでる

きりかえの苦手な子どもには、少し早めから(予告)おたやかに指示をします(CCQ)。片づけが苦手な子なので、まずは入れ方は雑でも箱にしまったことをほめて、片づけを続けたいと思うようにします。少しでもほめられると、自分からより上手に片づけたり、次の指示に従いやすくなったりします。もし「投げたら壊れるでしょ」とすぐ注意したら、片づけを続けなかったかもしれませんね。

応用編②

発達障害のある子どもたち

●注意欠陥多動性障害(ADHD)のある子どもは、周囲の様々な刺激に気が散りやすく、声をかけられても気づきにくい。そばによって視線があうようにしてからの方が、ほめ言葉や指示が伝わりやすいです。また少し課題を始めても集中して続けることが苦手なため、最後まで出来てから、と思うとほめられません。早めにほめたり、スモールステップでほめ続けることで課題を続けやすくなります。

●広汎性発達障害(PDD)のある子どもは、「友達に優しく」や「きちんとして」など抽象的な言葉の理解が難しいことが多いです。指示は、どうしたらよいか、具体的に伝えましょう。また大きな声がとても苦手な子があります。CCQにするだけで指示がとても伝わりやすくなります。

参◆考◆図◆書

- ・読んで学べる
ADHDのペアレントトレーニング
むずかしい子にやさしい子育て
シンシア・ウィットナム/著
上林靖子他/訳
明石書店
- ・AD/HD児への
ペアレント・トレーニングガイドブック
家庭と医療機関・学校をつなぐ架け橋
岩坂英巴他/編著
じほう
- ・こうすればうまくいく
発達障害のペアレント・トレーニング
実践マニュアル
上林靖子監修
中央法規
(この本は、専門家向け図書です)

制作者・連絡先

日本肢体不自由児協会
心身障害児総合医療療育センター

ホームページ <http://www.nishikyo.or.jp/>
Eメール soumu@nishikyo.or.jp

平成22年3月31日発行
平成24年10月1日一部修正(第3版)

本リーフレット内容の無断複写・転用を禁じます

子どもたちに 肯定的な注目を



保育士さんたちに利用していただけるように
『ペアレントトレーニング』の手法を
用いて作ったリーフレットです

★子どもの『行動』に焦点をあてましょう
★肯定的な注目のパワーを使いましょう
が基本の考え方になっています

先生、みて!みて!

子どもに「おかたづけできてえらいねえ」とほめると、さらに他のおもちゃをかたづけたり、「上手にスキップできるね」と声をかけるとうれしそうにもっとスキップしてみせたりすること、ありませんか？

子どもは、みんな、先生達に注目してほしいと思っています。先生達の注目には、子どもの『行動』を変えるものすごいパワーがあるのです。

子どもの『行動』の 理解を深めましょう

子どもの『行動』を変化させる準備として、その子の『行動』を3つに分けてみましょう。

『行動』というのは、あなたが実際に、見たり、聴いたりできるもの、「～する」と表現できるものです。3つに分けた『行動』は、それぞれ対応が違います。

好ましい行動

望ましい行動・今できていて、これからも続けてほしい行動・あなたが好きな行動
(例)「おはよう」と言う・他の子におもちゃを貸す・食事前に手を洗う

肯定的注目を与える = 『ほめる』

好ましくない行動

望ましくない行動・今していて、やめてほしい行動・あなたが嫌いな行動
(例) 食事中に走り回る・昼寝の時にしゃべる・先生同士の話に割り込む

『注目を取り去る』+好ましい行動を『待つ』
すべき行動が分からない・気付かない時は『指示』

危険な行動

人や物を傷つける行動
(例) 友達をたたく・おもちゃを窓ガラスに投げる

本来は「制限を設ける」のですが、幼児を対象としているので、危険な行動がうまれにくい環境の工夫を行います。また、すべき行動を教えます。

好ましい行動を増やすために『ほめる』をしてみましょう



『ほめる』ときのポイント

- 子どものそばで、視線をあわせましょう
名前を呼んだりして注意をひきましょう
- して欲しい行動を始めた時、している最中に、できるだけ早くほめましょう
- 好ましい行動を言葉にして、短く、ほめましょう

『ほめる』のいろいろ

「えらいね」とほめる以外にも、たくさんあります。子どもの好きなほめ言葉やほめられ方をみつけてみましょう。

ほめる

「パンツはいているんだ。えらいね」

感謝する

「ひとりではいてくれてありがとう」

励ます

「もう少しではけるよ。がんばれー」

興味を示す

「自動車のパンツかっこいいね」

気づいていることを知らせる

「パンツはいているんだね」

ほほえむ

抱きしめる

『ほめる』行動が見つからない時の『ほめる』行動のみつけ方

ささいなことからみつけましょう

普段できないことができた特別な時だけでなく、他の子どもよりうまくできている時だけでなく、当たり前でも、これからもその子どもが続けてくれたらいいな、と思うことからみつけましょう。

- (例) ・ごはんをスプーンで食べる
・トイレにすわる
・大きな声で歌を歌う
・紙芝居をすわって見ている
・他の子と手をつないで散歩する
・ブランコの順番を待つ

25%ルール

課題がパーフェクトにできていなくても、ほんの少しでもできていることをみつけましょう。

(例) パジャマにひとりで着替える

100%着替え終わるまで待ってからほめようとする、途中で遊んだり、うまくできなくて泣いたり、ほめられなくなってしまいます。

25%ルールだったら…

- (例) ・先生に言われてからパジャマをとりにいく
→とりにいったらほめる
・ズボンを脱ぐ→ズボンを脱げたらほめる
・パジャマを着る→着たらほめる

「パジャマを着る」をさらに細かくほめると…

- (例) ・パジャマを持った時点でほめる
・上着の片手をいれようとしたらほめる
・ズボンの後ろ前を確認していたらほめる
・ボタンをかけようとしていたらほめる

これなら、いっぱいほめられますね。

『ほめる』(＝肯定的な注目を与える)と、子どもは一層頻繁にその行動をします。認められていると感じます。そして、他のことでも協力したり、スムーズに行動できるようになります。その結果、好ましくない行動が自然に減ってきます。

好ましくない行動を減らすために好ましくない行動への注目を取り去り、待ちましょう



叱責と反抗の悪循環になってしまうことはありませんか。叱責は否定的な注目です。注目していると、どんどんやりとりが続いてしまいます。「遊んで待っていてね」と伝えたと、注目を取り去ってみよう…。



注目を取り去る時のポイント

- 好ましくない行動が始まったらすぐ始めます
- からだの向きをかえ、子どもと視線をあわせません
あなたが怒っている様子はみせません
- 好ましい行動が出たらほめましょう

『ほめる』だけではちょっとうまくいかない子どもたちもいます。そんな時のヒントです。

子どもの協力を増やすために指示を効果的に出しましょう

指示とは、やるべき行動の内容を伝えることです。お説教ではありません。指示に従えたら、ささいなことでも、ほめましょう。



すぐに指示に従えるとはかぎりません。2~3回指示を繰り返す必要がある時は、CCQをこころがけましょう。

おまじないはCCQ

- C Calm おだやかな気持ちで
- C Close もう少し近づいて
- Q Quiet 静かな声で

他にも子どもの協力を引き出す方法はいろいろあります

予告 気持ちの準備ができます

「あと3回やったら、お片づけしよう」
「もうすぐ給食だよ。給食きたら片づけね」

選択 自分で決められていい気分

「車かたづける? つみ木かたづける?」

～したら～できる

「お片づけ早くしたら絵本読んであげるよ」

他の子の力を利用する

うまくできている子をほめます
「花子ちゃんおかたづけできてえらいね」
他の子も始めたらその子もほめます
「太郎もおかたづけ上手ね」

指示に従えたらほめます