

# 井上綾乃ゼミ通信④

～ ペアレントトレーニングから学ぶ

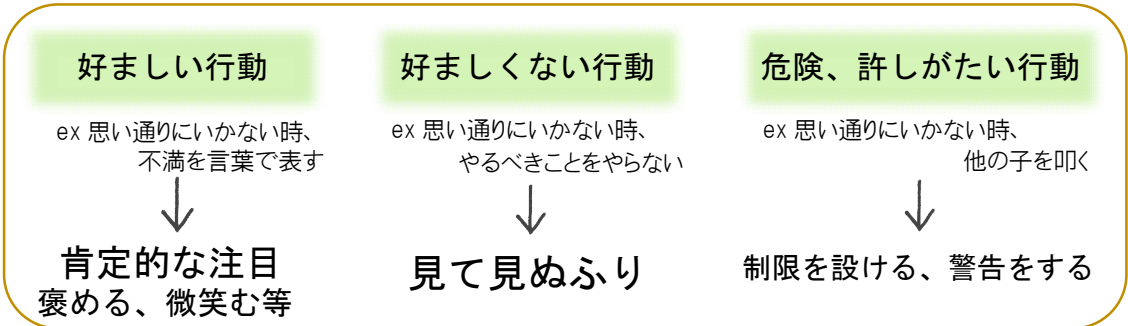
注目のパワー～

令和4年12月15日(木) 保育センター発行

11/7(月)に第4回井上綾乃ゼミが開催されました。

今回は親子の良好な関係を築くためのプログラム、ペアレントトレーニングの中から、「注目」について学びました。子どもは注目を得たいために、好ましくない行動を起こすこともあります。大人はその行動にどのように注目をすればよいのか、ペアレントトレーニングをもとに、保育園でも実践できる方法を学びました。

## 行動を3つに分ける



### 褒め方のコツ

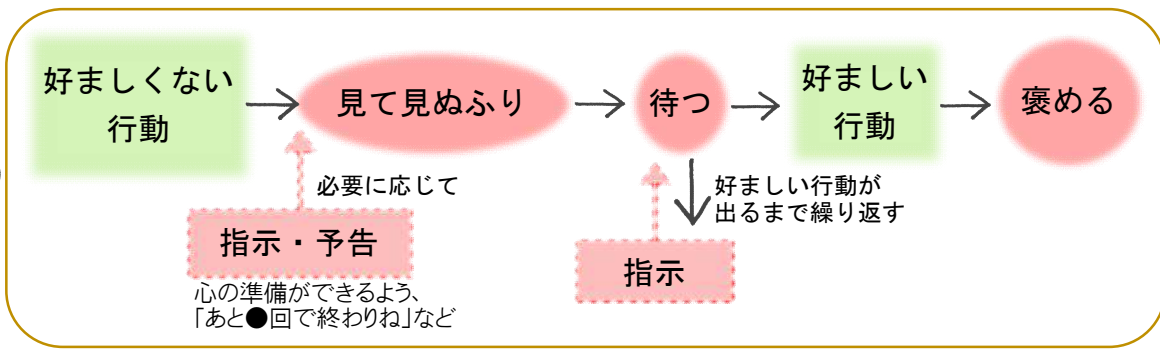
- 完璧を待たず、してほしい行動を始めた時にできるだけ早く。
- 穏やかな表情、声で。近くから、目線を合わせて。
- 具体的に、簡潔に、行動を褒める。

### 見て見ぬふりのコツ

まずは褒められる経験をたくさんしてから！

- 好ましくない行動が始まったら、すぐに見て見ぬふり。
- 子どもの行動に対して表面上は興味がない事を示す。視線を合わせない、体の向きを変える等
- 否定的な注目(注意、叱る、ため息)もしない。
- 好ましくない行動をやめたら、すかさず褒める準備を。

## 効果的な指示の出し方



- 正面から、視線を合わせて
- 子どもが選択でき、自分で決めていると感じるような提案  
ex) 「着替えたくない！」という子に「上着から脱ぐ？ズボンから脱ぐ？」等。  
子どもが選択できない場合は、大人が決めることを冷静に伝える。  
最終的に同意に至ったら、褒める。
- 短く具体的に、落ち着いて、言い切る  
ex) 「片づけましょう」「座るよ」
- CCQを心掛けて  
Calm 穏やかに  
Close 子どもに近づいて  
Quiet 声のトーンを抑えて静かに
- 「～したら〇〇できる」の取り決め  
ごほうび目当てで好ましい行動ができた！(外発的動機付け)の体験を積み重ねる事で、ごほうびがなくても「やらなくてはいけなからやろう！(内発的動機付け)」ができるようになる。