

第39回東大阪プロジェクト

縁起でもない話をしよう会

@東大阪

子どもと私たちの笑顔を増やす
ペアレントトレーニング



話題提供者

公立大学法人福島県立医科大学 看護学部
小児・精神看護学部門（精神看護学領域）講師

佐藤 利憲 先生



司会進行

札幌生涯学習
インストラクターの会理事



田中 博

ペアレントトレーニングとは

- 発達障害ある子どもへの支援として開発
- 般化の問題：病院や訓練施設で習得した生活技能を、家庭生活や学校生活で応用することが難しい



- 親(保護者)＝「**最良の治療者**」
- 親が、子どもへの適切な対応技術(行動的な手法)を習得するためのトレーニング
- **【健常な子ども】**にも有用な対応技術
- **【支援者】**でも実践可能
- **【企業・社員教育】**でも応用



日常で陥りやすい悪循環①

直前

スーパーの売り場
でおもちゃや、
お菓子がほしい…

行動



直後

~~お菓子をもらう~~
~~おもちゃをもらう~~



説得する
「買わないって言ったでしょ！」
「立ちなさい！」「我慢なさい！」



ああ言えばこう言う…堂々巡り…
行動がさらにエスカレート！！

お手上げ…ギブアップ



交渉？「今日は小さいのだけね」

日常で陥りやすい悪循環②

直前

親に叱られ渋々宿題をしはじめる

行動



直後

『考えたの！』
『今やろうとしてたの！』
イライラしはじめる

次の日も…



「だから遊びに行く前に宿題を
しなさいって言ったでしょ！」
「いつも言ってるよね！」



『何もわかってないくせに！』『うるさいな～！あっちに行って！』
『うざっ！』 ああ言えばこう言う…



日々の子育て・支援の困りごと…

- どうしてイタズラばかりするのか
- 何を考えているのかわからない
- なんで言うことを聞かないのか
- どうしてわかってくれないのだろう
- 子どもの気持ちかわからない…

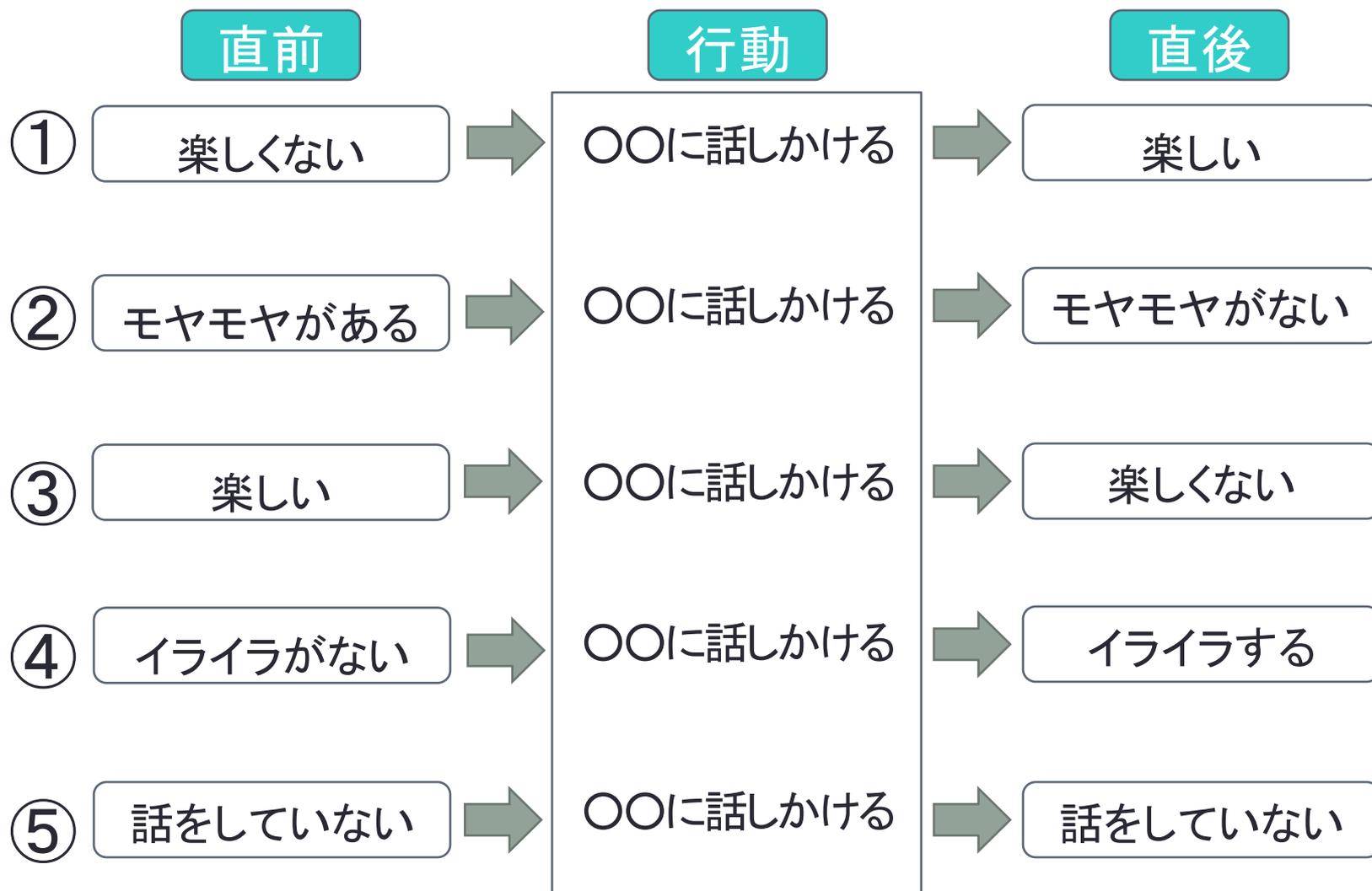


日々の困りごとに対して、子どもの【心】(思いや気持ち)を理解しよう、子どもの【心】に困りごとの原因があるのではないか？

子どもの【行動】に焦点を当てる

行動学的な仕組みを活用した対応

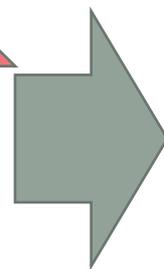
行動が増えたり、減ったりするしくみ



行動のしくみを活用する

行動の後にプラスの
変化が起こる

↑
増える



行動の後にマイナスの
変化が起こる

↓
減る

行動の後に変化が
起こらない

↑
なくなる

最も重要なPT
の対応技術

↑
適応行動

↑
増やしたい行動

↑
習慣化したい行動

↑
してほしい行動

の後に・・・
+



ほめる

注目する・肯定する・
相手をする・関心を持つ

子どもの3つの行動と対応方法

子どもの行動	対応方法
よい行動 増やしたい行動 習慣化したい行動	ほめる 相手をする
よくない行動 減らしたい行動 なくしたい行動	待つ（無視）※ 相手をしない
絶対に許せない行動 危険な行動	すぐに止める 制止する

※ 自閉症児は、してみせて、真似させる

ほめて育てよう！！

『ほめる子育て』…本当に大丈夫??

- ほめてばかりじゃダメになるのでは??
- ほめられるためにしか行動しなくなるのでは??
- 評価を気にするようになるのでは??
- ほめるところがみつからない
- どうやってほめていいかわからない

たくさん♡♡
ほめてね～



媚びる??
おだてる??



普段の『ほめる』とPTの『ほめる』の違い

普段の『ほめる』

- 【ほめたい】という気持ちが生きたときに『ほめる』
- プラスの感情が必ず伴う
- 無意識に、何気なく行う
- 主に、したこと、行い、結果を評価する
- 言葉で伝えることが多い
- 人のしたこと・行いをすぐれていると評価し、口で伝えること



PTの『ほめる』

- 【適応行動】を増やすための方法として『ほめる』
- プラスの感情＋冷静さを保つ
 - 意識的に、計画的に行う
 - 努力している行動の過程（途中）で『ほめる』
 - 言葉としぐさで伝える
 - 子どもが社会での適応行動を自ら選び学習するための対応

してしまいがちな対応

忙しい時間帯・・・母親が食事の支度をしている

直前

子どもが一人で遊んでいる

つまらない・・・
寂しい・・・

行動

カーテンで遊ぶ



何やってるの！
危ないからやめなさい！

直後

大好きな人が
相手をしてくれた
うれしい！
楽しい！



PTの手法を用いた対応

直前

子どもが一人で遊んでいる
つまらない…
寂しい…

減らしたい行動



直後

子どもが一人で遊んでいる
つまらない…
寂しい… **±**

増やしたい行動

座ってテレビを見る

「遊びたい」と話す

他のおもちゃで遊び始める

大好きなママが
相手をしてくれた
うれしい！
楽しい！



ほめる・注目する・見守る・
相手をする・関心を持つ



待つ・相手をしない

努力をしている行動のプロセスをほめる

ポイント!



ほめるポイント

- ① にこやかな表情
- ② 相手の目を見ながらやさしい視線
- ③ ゆっくり穏やかな口調
- ④ タイミングよく温かな言葉やしぐさ



×ほめている



OK!!



GOOD!!



◎ほめられている

本研修に関すること、子ども支援、子育て支援、遺族支援、
死別体験をした子どもへの支援等に関する御意見・御質問
等は下記までご連絡ください↓↓



研究室メール
QRコード



佐藤 利憲 SATO YOSHINORI

NPO法人ReLink理事長 福島県立医科大学看護学部

〒960-1295 福島市光が丘1番地

TEL: 024-547-1844(研究室) E-mail: sato-lab@fmu.ac.jp(研究室)

HP: <https://relinkf.com/> (ReLink)

