

かかわりかたのポイント①
～肯定的な注目を与える～

日々過ごされる中で、お子さんとの関わり方に悩みを抱えられる方もいらっしゃると思います。そこで、今月から、これまで携わってきた療育の中で心がけていた関わり方について、数回に分けてご紹介していきます。

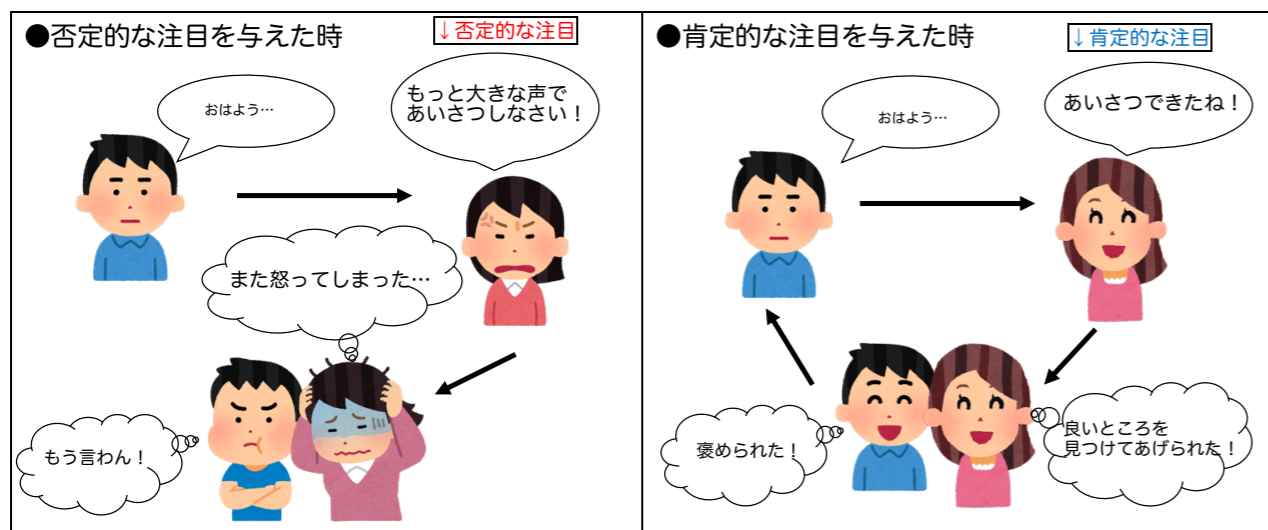
< 「注目」の力 >

お子さんへの注目は、**肯定的（ポジティブ）な注目**と**否定的（ネガティブ）な注目**に分けられます。どちらの注目も、お子さんの**行動を強化（強め）**し、**増やす力**を持っています。

- 例) 注目
- 肯定的な注目…ほめる、認める、笑顔返す、感謝する、励ます、興味を示す
 - 否定的な注目…注意する、叱る、ため息をつく、眉間にしわを寄せる

など

< 肯定的な注目を増やして、良い循環を >



子どものした行動に対し、**肯定的な注目を与える**ことで、**増やしたい・好ましい行動を増やして**いきます。

< まずは、行動を3つに分けてみましょう >

行動とは、あなたが見たり聞いたりできるものです。まずはこどもの行動を3つに分けましょう。それぞれの行動の種類に対してこちらの働きかけを変えていきます。

好ましい行動	好ましくない行動	危険な行動
増やしたい行動（今できていること） 例) ・「おはよう」と言う ・着替える ・友達に順番を譲る	減らしたい行動 例) ・食事中に走り回る ・お母さんが料理をしている時に話しかけ続ける	人やものを傷つける行動 例) ・弟を叩く ・だまって外出する ・ものを投げる など
↓ 対応 肯定的な注目を与える（褒める、笑顔返す、認めるなど）	↓ 対応 注目を取り去る、好ましい行動を待って褒める	↓ 対応 制限を設ける（警告とペナルティ）

< 行動の種類に応じた関わり方 ～好ましい行動を褒める～>

好ましくない行動、危険な行動への対応のためには、**まずは褒められる（肯定的な注目を向ける）経験をたくさんしておくことが大事です！**

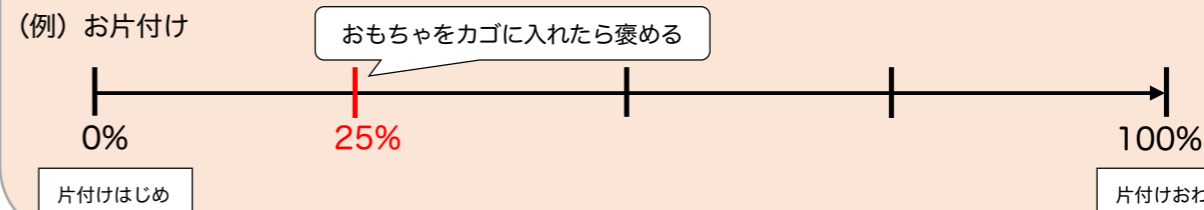
- **好ましい行動** → **肯定的な注目を与える**
 - ・肯定的な注目を与えることで、好ましい行動を増やす（強化する）
 - ・好ましい行動を**している時**に褒める
 - ・やり終えるまで待たない（**25%ルール**）※図1参照

褒める（肯定的な注目を向ける）時のポイント

- ①子どもの近くで、視線を合わせて
- ②**行動**を具体的に褒める「靴揃えたね」「挨拶したね」「静かに待ってたね」
- ③こどもに合わせた褒め方をする（ジェスチャや頷きなどでも大丈夫です）

図1

- **25%ルール**とは・・・
課題が全てこなせていなくても、少しでもできていることを見つけて褒めてあげてください



～褒めるところがない！やってみただけでむずかしい！ということもあると思うので、何か分かりづらいことなどがありましたら、お気軽に支援ルームまでお尋ねください～
～次回（11月）は、好ましくない行動を減らす関わり方についてお伝えします～

< 参考 >

シンシア・ウィットム、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 初版第12刷;2005

< おすすめの本 >

上林靖子、発達障害の子の育て方がわかる！ペアレント・トレーニング、講談社;2009

