

かかわり方のポイント①



お休みが続く中でお子さんと過ごす時間が増え、関わり方にお悩みを抱えられている親御さんも多くいらっしゃると思います。そこで、このページでは当院の療育の中で心がけている、お子さんとの関わり方についてご紹介していきます。

●他者からの「注目 (Attention)」の力

親御さん達は日々の中で、お子さんの栄養管理をされていると思われると思います。身体の栄養は食事ですが、**お子さんの心の栄養は親御さん達から「注目」されること**です。

(例)

注目

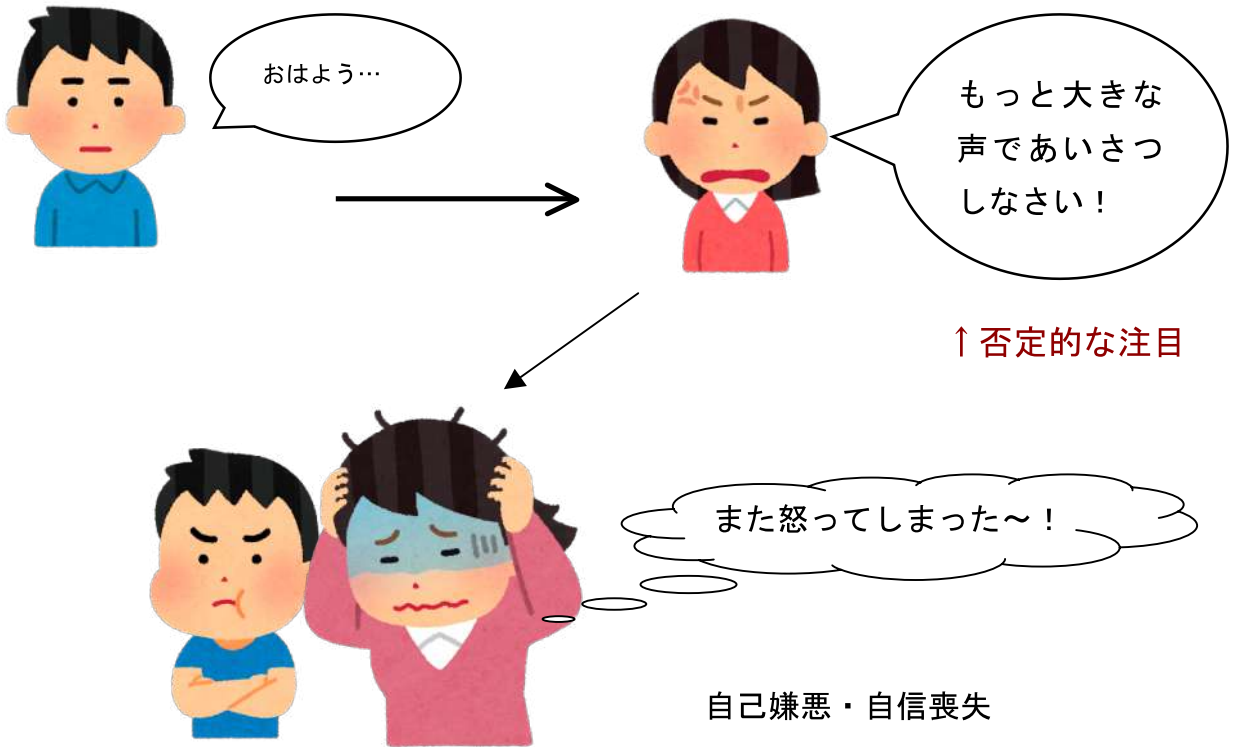
肯定的な(ポジティブな)注目……………ほめる、認める、笑顔を返す、感謝する、励ます、興味を示す、気づいていることを知らせる

否定的な(ネガティブな)注目……………注意する、叱る、怒鳴る、お説教する、ため息をつく、眉間にしわを寄せる

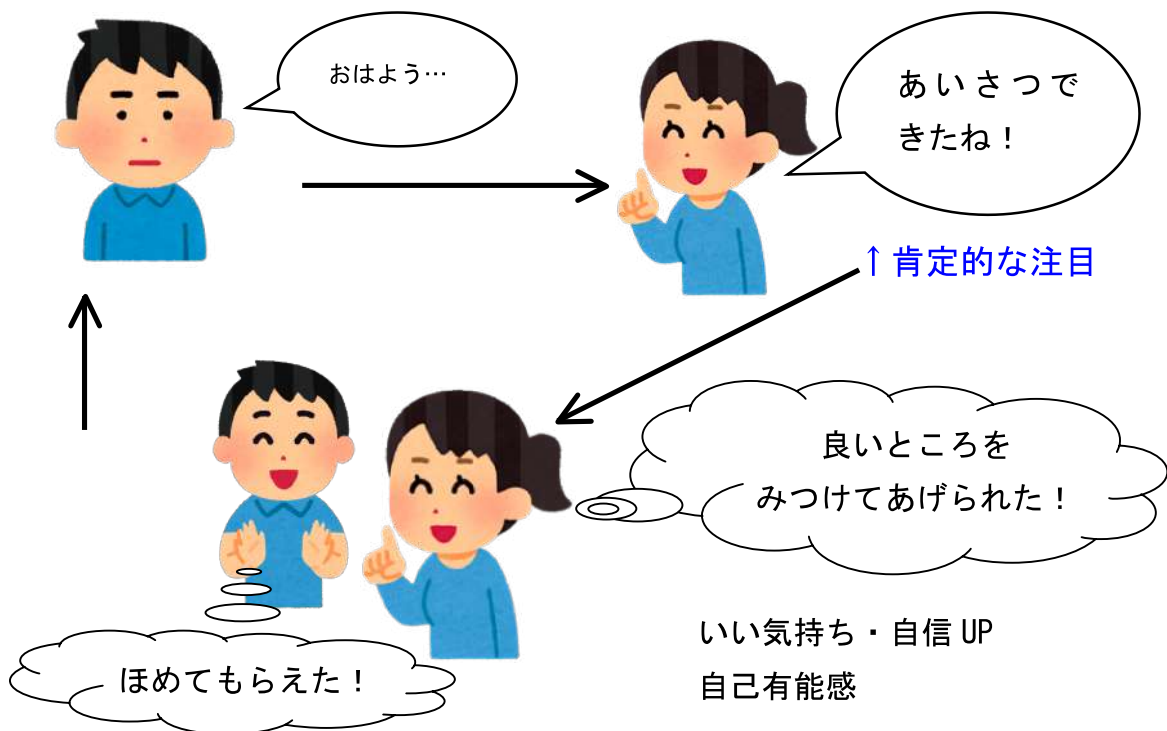
どちらの注目も子どもの行動を強化(強め)、増やす力を持っている。
ポジティブを与えればポジティブが返ってくる。ネガティブを与えればネガティブが返ってくる。

●親子の循環を温かい循環に

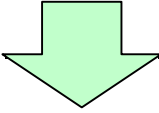
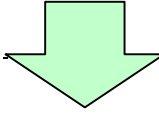
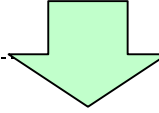
<否定的な注目を与えた時>



<肯定的な注目を与えた時>



●まずはお子さんの行動を三つに分けてみましょう

好ましい行動	好ましくない行動	危険な行動
例)・「おはよう」と言う ・着替える	例)・食事中に手を止めてテレビをみている ・お母さんが料理をしているときに話しかけ続ける	例)・弟を叩く ・物を投げる
		
肯定的な注目を与える (褒める、認める、笑顔を返すなど)	注目を取り去る。無視する (好ましい行動を待って褒める)	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→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！
- ・ 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)

たくさん褒められる経験をすることで、指示が効果的に届きやすくなります

ポイント

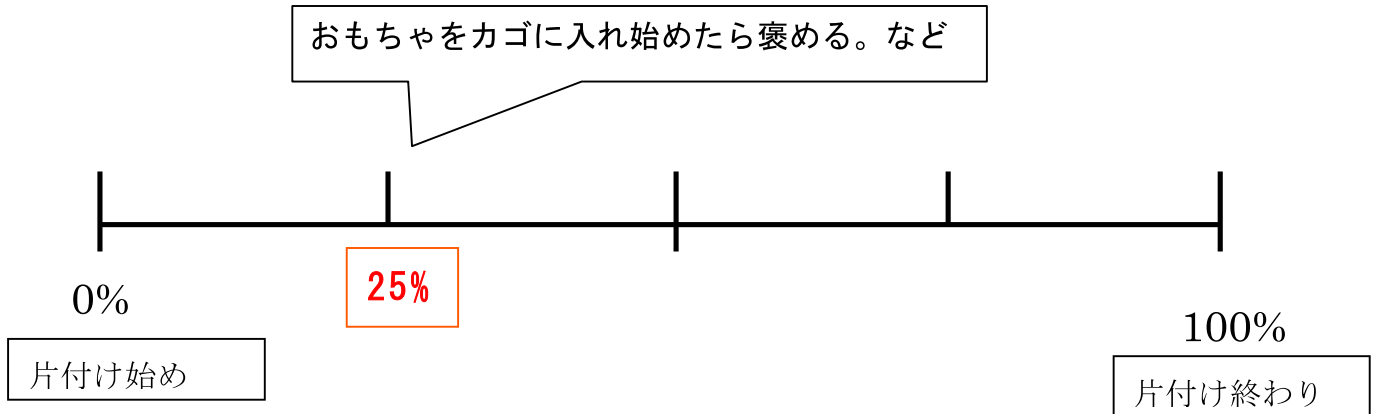
- ①子どもの近くで、視線を合わせて
- ②行動を具体的に褒める
 「靴揃えたね」「挨拶したね」「静かに待っていてくれてありがとう」
- ③子どもに合わせた褒め方をする (ジェスチャだけでも十分です)



●25%ルール

課題が全てこなせていなくても、少しでも出来ている事を見付けてほめてあげること、
いろんなタイミングで褒めることができます。

(例) お片付け



～親御さんも 25%ルールで自分を褒めてあげましょう～

<よくある質問>

- ・「褒めてもスルーされるのですが」
- ・「褒めたら褒めたで調子にのってしまう！」
- ・「褒めたら嫌がる」
- ・「照れ臭くて褒められない！」

など・・・ 一人で実践するのはなかなか難しいこともあるかと思います



ご不明な点・お悩みの事があったら お気軽にお電話ください！

(電話対応については別ページの案内をご参照ください)

<参考>

子どもたちに肯定的な注目を(第四版) 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 (平成 28 年 10 月 1 日)

～行動を三つにわけてみましょうシート～

よければコピーしてお使い下さい

好ましい行動	好ましくない行動	危険な行動