



キラッと★ちゃ・ちゃ・ちゃんねる



このコーナーでは毎月、町の子育て支援情報など、「子ども」に関する情報をお伝えしています。
 今月は、7月16日に開催した講演会「子どもと親のやさしい関係を築くために～『ペアトレ』には子育てのヒントがいっぱい～」の講演内容の一部を紹介します。

講師を務めた「まめの木クリニック」のソーシャルワーカー 藤井和子さんは、最初に、近年増加傾向にある発達障がい児の言語理解などの特性について事例を交えて紹介。その後「ペアレント・トレーニング(ペアトレ)」の目的は親子関係をよくすること」と話した上で、ペアトレで提唱されている子どもへの関わり方のコツを具体的に紹介しました。会場のオガール保育園に集まった約70人は、講師の豊かな経験から語られる一つ一つの言葉に真剣に、時折うなずきながら耳を傾けていました。

★「注目」には強力なパワーがある

人は誰でも人から注目されたいし、褒められたいし、認められたいもの。子どもは親からの「注目」をほしがっています。

〈注目の種類〉

- ・ 肯定的注目…褒める、認める、喜ぶ、感謝するなど
 - ・ 否定的注目…怒る、小言を言う、けなす、皮肉を言うなど
- ※どちらの注目も、その行動を強め、増やす力を持っています。注目のパワーを上手に使いましょう。

★子どもの「行動」を3つに分け、それぞれに合った対応をしよう

「行動」とは、見えるもの、聞こえるもの、数えられるものこと。「○○する」と表現できるものが「行動」であり、「○○しない」は「行動」ではありません。
 (例:「宿題をしない」を言い換えると「宿題をせず、テレビを見続けている」などと表現できる)

①増やしたい・好ましい行動 (例:あいさつができる)

→褒める・認める・興味を示す・感謝する(=肯定的注目)

ココがポイント! 25%で褒める(例:片付けが終わったときだけでなく、取りかかったところから「片付けを始めるんだね」「やってるね」「終わったね」などと小まめに声を掛ける)

②減らしたい・好ましくない行動(例:かんしゃくを起こす)

→無視(スルー)して、待って、褒める(否定的注目をしない)

ココがポイント! 好ましくない行動には反応せず、好ましい行動に変わったところをすかさず褒める。最初は、小さな「減らしたい行動」から取り組むことがコツ。

③許しがたい・してはいけない行動(例:自他を傷つける)

→きっぱりと「してはいけません」と警告し、応じられなければペナルティー(制限)を与える

ココがポイント! ペアトレの目的はあくまでも親子関係を良くすること。できるだけ①と②で対応し、なるべく③は行わない。

★子どもの協力を引き出す上手な「指示」の仕方

「指示」は、お説教ではなく「○○をしなさい」「○○してね」とやるべき行動を伝えること。指示の仕方にはコツがあります。

ココがポイント!

- ・ 指示は「CCQ」でくり返す
 CCQとは…C:Close(近づいて) C:Calm((おだやかに) Quiet(声のトーンを抑えて静かに))
- ・ 子どもの名前を呼ぶ
- ・ 視線を合わせる
- ・ 指示は短く具体的に
- ・ 落ち着いてきっぱりと言い切る
- ・ どんな小さな行動でも子どもが従おうとしたとき、従ったときにすぐに褒める

今後、町主催のペアレント・トレーニング入門講座を企画予定です。開催日が決まりましたら、随時広報でお知らせします。



保護者の心の支えとなるような温かいお話を聞かせてくれた藤井和子さん

【担当・問合せ】 こども課 こども室 ☎672-2111 内線3190

スポット ニュース

統計調査に長年尽力 3人に自治功労表彰

町は5月18日、JAいわて中央パーフルパレスで開催された紫波町統計調査員会議において、統計調査員を30年以上務めた3人を自治功労者として表彰しました。また、当日は統計調査員を10年以上務めた41人が、紫波町統計調査員協議会会長より、統計功労者として表彰されました。

■紫波町表彰(自治功労)(勤続30年以上)



菅原 妙子さん
(水分・勤続期間35年)



中田 丑五郎さん
(佐比内・勤続期間34年)



藤原 英明さん
(佐比内・勤続期間31年)