

# 子どもの成長につながる ほめ方・指示の出し方

—ペアレントトレーニングの視点を参考に—

山口県乳幼児の育ちと学び支援センター

幼児教育アドバイザー 西川麻里子

# ペアレントトレーニングとは

- 1960年代にアメリカで開発
- 主眼・・・親が子どものもつ困難さを理解し、親と子がよりよいコミュニケーションで家庭生活が送れるようになること
- 親が具体的で効果的な対応を身につけることで親と子どもがともに日常生活をより穏やかに送れるように親をサポートするためのプログラム
- 具体的な対応の仕方は子育ての基本で保育や教育の場でも有用な方法

# 行動を3種類に分ける

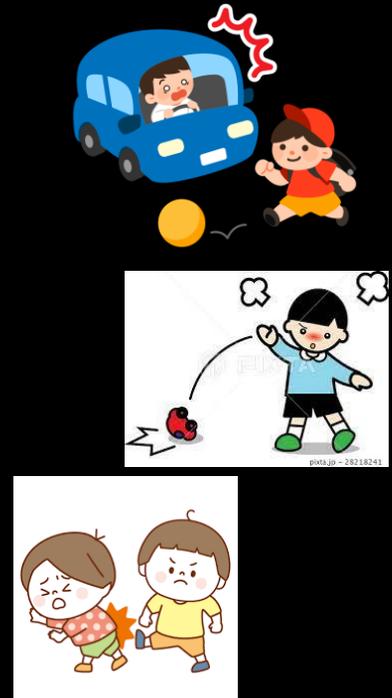
好ましい行動



好ましくない行動



危険な行動





好ましい行動	好ましくない行動
注目しないことが多い	否定的な注目を与えてしまう
肯定的な注目を与える	注目を取り去る

# 注目について

- 肯定的な注目…ほめる、認める、笑顔を返す



- お互い関係がスムーズになる
- 子どもが自信をもつ

- 否定的な注目…注意する、叱る、怒鳴る



- 関係が悪くなる
- 好ましくない行動が増える

- 強すぎる指導…力で従わせる

- 怖い存在がないと問題行動がでる
- 人の顔色を見て行動する

# 子どもの対応に有効な方法

- 肯定的な注目
- ほめ方のコツ
- 「無関心」と「ほめる」の組み合わせ
- 効果的な指示の出し方

選択

- 「～したら…できる」

子ども同士の力の利用

ブローケンレコードテクニック

# 肯定的な注目



- 効果…ほめられた行動がいっそう頻繁になる
- 「ほめられた」と感じるようなほめ方  
明るい表情、穏やかな表情、温かみのある声、  
明るい声、短く簡潔明瞭、皮肉や批判は避ける
- 具体的な行動をほめる（静かに待ってるね）
  - 「いい子ね」というほめ方は避ける
    - 「自分はいい子なんだ」（不当な万能感）
    - 「いい子じゃないとダメ」思う
- 肯定的な注目を増やすだけで不適切な行動が減少
- 肯定的な注目をしてくれる先生が大好き

# 「無関心」と「ほめる」の組み合わせ

- 不適切な行動→無関心な表情や態度で待つ  
何も言わない、感情を出さない  
他のことをして感情をコントロール
- ほめる準備をして待つ  
無関心を装いながら観察を続ける  
好ましくない行動が止まったらすかさずほめる



# 効果的な指示

- 指示の出し方

- 子どもの注意を引く

- 視線を合わせる

- 指示は短く、具体的に

- 落ち着いて、口調はきっぱりと言い切る

- 「片づける？」ではなく「片づけなさい」

- 指示を繰り返す

- 予告する（あと何回、あと5分）

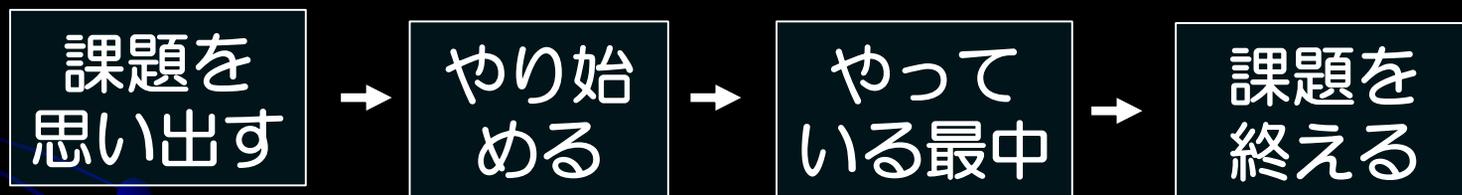
- 指示通りに行動できた時にはほめる

# いろいろな指示

- 選択（こっちにする？あっちにする？）  
自分が選ぶので行動しやすい
- 「～したら～できる」という取り決め  
特典（好きなものや機会）がもらえる
- 子ども同士の力の利用  
好ましい行動をしているほかの子どもをほめる
- ブロークンレコード(壊れたレコード)テクニック  
淡々と同じセリフ、同じトーンで繰り返す  
へりくつを言う、注意をそらすときに有効

# 25%でほめる

- 100%できたときだけでなく、25%でほめる
- 課題を細かく分析する  
…ほめるタイミングを理解する



- 指示にすぐに従った時、してほしい行動をしているときにもほめる

# 25%でほめるタイミング

例：着がえをする

時間の流れ

着がえをすることを  
思い出す

「着がえの服を見たね。着がえを  
思い出したんだ。えらい。」

着がえる場所に行く

「もう着がえるんだ。」

着がえ始める

「着がえ始めたね。早いね。」

着がえている

「上手に着がえているね。」

着がえ終わる

「ズボンをはけたね。その調子。」

「がんばったね。」

# おわりに

- 適切に行動することが難しい子どもだけでなく、通常の子どもにとっても効果的な対応方法となることが多い
- 子どもの性格や感じ方などその子に合ったほめ方をする
- 効果的な対応ができた時には保護者に伝える
- 保護者や先生も25%でほめる