

チャンス・チャレンジ・チェンジ



秋田県立養護学校天王みどり学園 加賀谷 勝



悪循環から抜け出そう!

ある母親が我が子（小学3年生）を次のように話していた。

- ・忘れ物が多く、配付物を出せない
- ・時間を見て行動できない
- ・部屋がいつも散らかっている
- ・優先順位を付けられない
- ・勉強中、すぐに注意が逸れてしまうetc.

できないわけじゃないと思うが、いくら言葉を掛けても直らないので、最後は強い指導をしてしまう。この頃、子どもが「僕がうまくできないのを知ってるくせに」と話している。

〈母親との面談〉

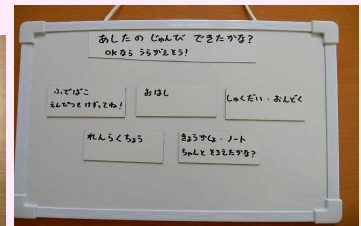
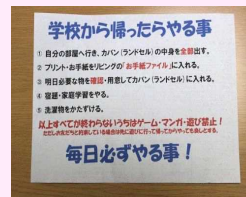
1 子どもとの付き合い方4原則

- (1) 強い指導は避ける⇒効果があっても、一時的である
- (2) 注意する回数を減らす
- (3) 子どもへの話し方を変える⇒「暴言・どなる・言葉で傷つける」をやめる
- (4) わざとなの？ しつけのせいなの？ から解放される



2 家庭でできる8つの支援

- (1) 毎日のスケジュールを決める
 - ・予定表を作り、目立つところに貼っておく
- (2) 注意することを厳選する
 - ・どうしてもやめさせること（暴力、自傷）
 - ・できればやめさせること（物を壊す、お金を持ち出す）
 - ・なるべく守ってほしいこと（日常生活のマナーやルール）
- (3) 気になる行動を具体的に書き出して対策を子どもと一緒に考える
 - ・書き出すことで客観的に考えられる
 - ・本人の意見も聞きながら、方法が決まったら目に付くところに掲示する
- (4) やる気を引き出す
 - ・ポイント制を導入する（ポイントをもらえる活動リスト・ポイントを使えるごほうびリスト）
- (5) ほめる回数を増やす
 - ・できないときの注意ではなく、「できているとき」にほめることが大切
 - ・できているときの声掛け＝プラスの声掛け→がんばる力が続きやすい
 - ・できていないときの声掛け＝マイナスの声掛け→モチベーションが下がる
 - ・お母さんの目標⇒1日3回ほめる（ほめ言葉は惜しみなく使う）
- (6) 子どもに分かるように、親の愛を伝える
 - ・子どものちょっとした変化、良い行動を言葉に出して、具体的に伝える
 - ・毎日数分でいいので、子どもと一緒に過ごす時間をつくる（話を聴く、スキンシップ等）
- (7) 方法を丁寧に教える
 - ・具体的なやり方をシンプルに、できないときは一緒に行う
- (8) 父母が協力し合う
 - ・子どもの特性を理解し、「何とかしたい」という思いの形を重ね合わせる



しつけが原因でないことから解放されたお母さんは、涙をこぼしながら「言葉で厳しく叱る支援」から、「具体的で視覚的な分かる支援」へ、そして、本人が困り感に気付き始めているので一緒に環境を整えるチャンスであると考え直した。子育ての悪循環から抜け出すためには、子どもを変えようとするのではなく、子どもの見方を変える、自分の考え方を変える発想が大切である。

特性の強い子どもはうまくやる術を知らない。できないことは、親がやり方を教えたり手伝ったりする。子どもには自立心があるので、どんなに手伝っても「自分でやりたい」という気持ちは消えない。困ったときに「いつでも助けてもらえる」安心感が自信となり、「一人でやってみよう」という意欲が変わる。