

研修名 ペアレントパートナー養成講座 南部②

平成27年9月28日(月) 29日(火) 30日(水)

講師 本多 泉 氏



1 講演要旨 怒鳴らない子育て練習法(DKT)について

1) CSP(コモンセンスペアレンティング)とは

- ・アメリカ最大の児童福祉施設、ガールズアンドボーイズタウンで開発される。日本版に開発されたのが神戸少年の町版CSPである。現在は、怒鳴らない子育て練習法(DKT)に名称変更される。
- ・DKTのゴールは、子どもに自分自身をコントロールする方法を教える。

出来なくても叱らない。結果をすぐに求めてはいけない。しつけは気長に、地道に行うことで結果的に大きく子どもが変わるものである。

2) セッション1 「分かりやすいコミュニケーション」

① しつけの定義…しつけとは、親が子どもに行うトレーニング、教育、説明である。

- ・適切なしつけにより子どもは自分自身をコントロールし、家族や社会の一員としてどのように振る舞えば良いのかをより学習しやすくなる。

- ・分かりやすいコミュニケーションとは…“ちゃんと”や“いい子”といった曖昧な表現ではなく、分かりやすい表現を使う事を心がける。

② 行動の定義…行動とは、見たり聞いたり数えたりする事ができる具体的なもの。

- ・分かりやすいコミュニケーションを上手く使うためのヒント

1…分かりやすい表現を使う事 2…穏やかに伝えられる物理的な環境を作る事

3) セッション2 「良い結果・悪い結果」

- ・良い結果とは…子どもが好きな事や物、そのために意欲を駆り立てられるもの。子どもにとって良い結果となる事が大切である。(誉めるだけでも十分な場合が多い)

- ・悪い結果とは…子どもが嫌いな事や物、それをもらわないようにするもの。子どもが「しまった」と思えるもの。特権を取り去る方法や、責任を取らせる方法など。

- ・結果の与え方

① 重要性…興味のある事、好きな事 ②即時性…行動したらすぐに

③ 連続性…ずっと続いている行動を関連付ける ④大きさ…大きすぎる悪い結果を与えると親子関係を悪化させる

4) セッション3 「効果的な誉め方」

- ・効果的な誉め方とは…子どもが行った良い行動に対し、親がそれを認め子どもの心に寄り添う事。子どもにしてほしい事を子どもがした時はいつでも使う。見逃さない事が大切である。

- ・効果的な誉め方のステップ

① 賞賛を与える ②望ましい行動を表現する ③理由を述べる ④良い結果を与える

5) セッション4 「予防的教育法」

- ・予防的教育法とは…子ども達に未来に起こりうる状況の為に、前もって対処法を練習させる事により効果的に対処できるようにさせる方法。落ち着いた状況の場で行う。新しい課題であろうと、過去において問題であった事であろうと子どもに何らかの課題がある時に使う事ができる。

- ・予防的教育法のステップ

① 子どもにしてほしい事を説明する ②理由を説明する ③練習する

- ・予防的教育法は子どもの問題行動の前にあらかじめ子どもに働きかけるという面で非常に積極的である。
- ・落ち着くヒント…怒りが爆発する原因を知る事は子どもの問題に穏やかに対処する第一ステップである。

6) セッション5 「問題行動を正す教育法」

・問題行動を正す教育法とは子どもの問題行動に対して、社会的に望ましい行動を提示し練習させる方法である。怒鳴ったり叩いたりする以外の方法で問題行動を止めさせるのと同時に問題行動の代わりに取りうる行動を教える方法。子どもに叱るだけでなくしつけの教育的効果を高められる。

・問題行動を正す教育法のステップ

- ① 問題行動を止めさせる
- ② 悪い結果を与える
- ③ 子どもにしてほしい事を説明する
- ② 子どもにしてほしい事を練習させる

7) セッション6 「自分自身をコントロールする教育法」

・自分自身をコントロールする教育法とは、大人の指示に従わず子どもが感情的になって反抗したり、泣き叫んだりすねたりといった親子間の緊張が高まる場面での対処法である。

・子どもが感情的になり親の指示に従えない状況は子どもが自分自身の感情のうねりに上手く対処できない事から生まれる。

・暴力や脅し、反抗といった方法で自分の意見や感情を表す事は社会的にも望ましい事ではなく、マイナス面の方が多し事を子どもは学ばなければいけない。

・自分自身をコントロールする教育法のステップ

第一ステップ(まずは落ち着く)

- ① 自分自身が落ち着くヒントを実行
- ② 落ち着くための指示を与える
- ③ 落ち着くまでの時間を与える

第二ステップ(フォローアップの教育)

- ① 共感的表現
- ② 状況を説明する
- ③ 落ち着くヒントを子どもに伝える
- ④ 落ち着くヒントを練習させる
- ⑤ 元の問題に戻る

8) ロールプレイを行うにあたって

・ロールプレイを行う前に守秘義務の確認…グループセッションの場合は、毎回確認してもよい。受講者に対し、この場で話す事はこの場だけに留め、誰にも話さない事を約束する。

・トレーナーは受講者を誉め成功体験を増やし、家でできる事につなげる。

・間違いは正さないが、受講者が正しいステップを踏めるよう導く。

・セッション2においては、ロールプレイを始める前に“良い行動”か、“悪い行動”かを尋ねる。

・セッション3以降は、ステップを踏んでいく事が大切である。とぼしたり順番が入れ替わったりステップが合体したりする事があるので、受講者と一緒にステップを1つずつ確認しながら進めていく事が大切である。

2 感想

今回研修を受けさせていただき、自分の思っている子育て観や保育観を改めて見つめ直す事ができました。地道に気長に子どもに伝えていく事、結果をすぐに求めてはいけない事は、分かっているつもりでもなかなかできずイライラしてしまう事もあります。子どもの長い人生をより良いものにするためにも大人が伝えていかなければならない事はたくさんあるので、しっかりと子どもとも保護者とも向き合っていきたいです。色々な悩みを持つお父さんやお母さんが納得できるアドバイスができるようにこの研修で学んだ事を発信していきたいです。ありがとうございました。

(記録 第二のぼり保育園 西谷 史恵)