

研修名 ペアレントパートナー養成講座 北部

平成27年10月19日(月) 20日(火) 21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)

昨年8月 コモンセンスペアレンティング (CSP) から変更

オレンジの会=NP0 法人子ども家庭サポートセンターちば DKT の実践と普及と里親支援
(京都府は子供が入所できる施設が豊かな為、里親制度が普及しにくい)

- ・DKT の良さ

帰ってすぐに実践できる。その家の文化や気持ちは変えられないが、行動は変えられる
DKT を利用してエスカレーション⇒グッドサイクル (良い親子関係) へ改善出来る

- ・DKT の利用法

トレーナーは、自分の知識や経験は入れない。参加者に、守秘義務を約束する。

計6回(月2回、3か月) 覚えたことを常に意識して実践できる期間がちょうど2週間。

《ロールプレイ》

10人程度が良い。全員が参加しやすい人数。

ロールプレイで失敗してはだめ。(子育てで誉められる母はあまりいない。成功して誉められる体験が必要)

トレーナーはロールプレイまでに解答まで導き一緒に確認し、しっかり仕切る。(始まりと終わりをしっかり伝える。) 終わったら労いも伝える。各家庭の中の事は否定しない。

① セッション1 わかりやすいコミュニケーション

目的: 子どもの行動を抽象的な言葉を使わずに、具体的に表現する方法を身に付ける。

- ・子どもの行動を具体的に表現することが大切。

② セッション2 良い結果・悪い結果

目的: 行動の後の結果(親の対応)に注目し、子どもの良い行動を増やし、悪い行動を減らす方法を身に付ける。

- ・良い結果ー子どもが好きなもの、意欲をかり立てるもの
- ・悪い結果ー子どもが嫌いなもの、「しまった」と思えるもの
- ・良い行動には良い結果を、悪い行動には悪い結果を与える。
- ・結果には、重要性・即時性・連続性・大きさが大切。
- ・がんばり表の利用＝「叱って追い立てる」から「シール貼る為に頑張ろう」となる。

③ セッション3 効果的な誉め方

目的: 効果的に誉める方法を身に付ける。

- ・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添うこと。

賞賛を与える

望ましい行動を表現する・・・子どもが行った望ましい行動を分かりやすく説明する
理由を述べる・・・なぜ望ましいかを説明。子ども側に立った理由が必要
良い結果を与える・・・子どもの関心に応じて誉めるだけで十分なことが多い

- ・一貫して誉めることが大切（良い行動とは見落としがちである）
- ・スモールステップを積み重ねることが、大目標への近道になる場合もある。

④ セッション4 予防的教育法

目的：前もって子どもに言い聞かせる方法を身に付ける。子どもの発達を把握し、怒りをコントロールし、落ち着きを維持する方法を身に付ける。

・予防的教育法とは、子どもたち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ことで、より効果的に対処できるようにさせる方法。

「できるのにしない」←親の怒りを引き出しやすい

「やれない」←親が教えてあげようと思える

- ・親子共に落ち着いている時に行うもの。自分が落ち着く為の方法を覚えておく。
- ・生理的なもの（食事・排泄・睡眠など）はDKTを利用しても改善しにくい。

子どもにして欲しいことを説明する・・・より具体的に

理由を説明する・・・子ども側に立った理由

練習・・・楽しく、短く、励まして（効果的な誉め方を使う）

- ・できる可能性を高め、子どもができることとできないことを親が知ることができる。

⑤ セッション5 問題行動を正す教育法

目的：子どもの問題行動に介入する方法を身に付ける。

・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。落ち着いた状況でのみ教育効果がある。

- ・悪い結果-罰的になるといけない（取り上げる× 預かる○）

問題行動をやめさせる・・・穏やかに注意を引く、分かりやすく支持を与える。

結果を与える・・・子どもの「しまった体験」を導くもの、年齢と能力に合ったもの。

子どもにして欲しいことを説明する・・・具体的取るべき行動を説明する

子どもにして欲しいことを練習する・・・練習させる。短く誉める。励まして。

⑥ セッション6 自分自身をコントロールする教育法

目的：子どもが興奮した時に、どのように振る舞えば良いのかを教えることができる。

- ・ある程度の年齢の子どもに効果あり。（ヒントを聞き入れられる年齢）
- ・子どもの年齢が小さい場合も親が意識している事が大切（興奮中は、暫くそっとしておく）

親自身が落ち着くヒントを実行・・・落ち着くヒントプランを実行する。

落ち着くための指示を与える・・・何が起きているかを説明し、落ち着く為の方法を指示

落ち着く為の時間を与える・・・親と子が落ち着くまでの時間を取る。

共感的表現・・・共感的表現を伝える。

状況を説明する・・・何が起こったのかをわかりやすく説明する。

落ち着くヒントを教える・・・興奮した時に、どうすれば上手く振る舞えるのかを伝える。

落ち着くヒントを練習させる・・・練習により次からどうすれば良いのかを学ばせる。

2 感想

子育てにしんどさを感じておられる保護者に、DKTの内容を伝えていけたらと思います。そして、良い親子関係が築いていけると良いなと思います。子どもに対して、行動を具体的に伝える、分かり易く誉める等の簡単なところから始められるよう、日々の保護者との会話の中から伝えていきたいです。自分自身も保育の中で子ども達への声掛けに沢山活かしていきたいです。子ども側に立った理由や望ましい行動の部分は、つつい大人側の目線からの理由や行動になりがちなので、これからも意識して考えたいと思いました。園全体でこのDKTを活用できたら、本当に良いサポートができると思いますので、今回学んだことを広げていけたらと思います。

(記録 (公財)鉄道弘済会 福知山保育所 谷口 典子)

