



ペアレントトレーニング  
第5回



## 本日の流れ



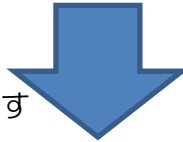
1. 宿題に取り組んでみての感想シェアリング
2. 前回のおさらい
  - ・ 効果的な指示に出し方
  - ・ CCQ
  - ・ いろいろな指示の出し方
3. 今日のテーマ
  - ・ 警告、制限
  - ・ 復習をしよう。
4. 今日の宿題
5. 質疑応答

警告 = チャンスを与える、制限



許しがたい行動・危険な行動

してはいけない行動の枠組みを示す



指示がきちんと伝わる  
ことが大事！

警告

最後に出す「指示」。それに従い、できたら  
「ほめられる」。最後のチャンス！

警告に従わなかったことについて  
責任を持たせます



ペナルティ

躊躇なく、すぐに、徹底的に。  
→ペナルティが終わったら、水に流しましょう

ペナルティは・・・

- 子どもにとって意味があり、大切なもの。
- 親がコントロールできるもの。
- 心置きなく取り上げることのできるもの
- 短期間で
- 問題行動とつながっているとよい。



体罰や暴言は使いません。人との交渉に暴力や暴言を使うことを学習してしまいます。



使えそうなペナルティをあげてみましょう。

( ) ( )  
( ) ( )

こんなやり方も・・・

ペナルティーとして

@ タイムアウト：目が届くところ、本人が興味を持つもの、壊してしまうもの、暗くない場所 でじっと待つことを指示する。（年齢×分）

@ 家族会議：小学校高学年ぐらいの子にはおすすめ。

1. 問題が何かを明確にする
2. 会議を設定する
3. 終始 CCQ で話し合う
4. 妥協案、交渉をとおして決定
5. その後、この結果がうまくいっているかを検討するために会議を行う

話し合えるのであれば、一緒に決めているので責任を持ちやすいかも。  
ただし、説教や追及したりする場にならないように注意する。

### 例

妹と積み木遊びをしているうち、取り合いでけんかになり積み木を投げ始めた。

1) 二人で仲良く積み木遊びをしている。

← 仲良く遊んでいることをほめる！

2) けんかして、積み木を投げ始める。

← **指示** 「積み木を投げるのをやめなさい」・・・従ったらほめる。

3) 積み木を投げ続ける。

← **CCQで指示を繰り返す。** 「積み木を投げるのをやめなさい」・・・従ったらほめる。

4) 積み木を投げ続ける。

← **CCQで指示を繰り返す。** 「積み木を投げるのをやめなさい」・・・従ったらほめる。

5) それでも指示に従わず、積み木を投げ続ける。

**警告をする。1回だけ**

← 「投げるのをやめないなら、10分間、積み木は使えません」・・・従ったらほめる。

6) 警告に従わずに、積み木を投げ続ける。

**ペナルティー**

← 積み木を10分間取り上げる。・・・終わったら水に流す。





復習をしてみよう



<p>好ましい行動</p> <p>これからも 続けて欲しい もっと増やしたい</p>	<p>好ましくない行動</p> <p>これからはやらせたくない 減らしたい</p>	<p>危険な行動</p> <p>許しがたい 二度とやらせたくない</p>



25%でほめる

ほめる、  
見て見ぬ  
ふり

指示は・・・

注意をひいて、  
短く、具体的に

落ち着いて、  
きっぱりと

CCQ

選択させる

予告する

～したら  
～できる

ブローケンレコ  
ードテクニック

うちの特典

子どもどうしの  
力を利用する

スペシャル  
タイム

## 本日の宿題



次回は、いよいよ最終回となります！  
実際の「我が家の場面」を取り上げていきたいと思います。



【好ましくない行動】

--

【とってほしい行動】

--

【こんなことが起きます】

いつ？	
どこで？	
だれが？	
何をしています？	
どんな風になる？	
どんな風にかかわる？	
この場面で使え そうなペアトレ の方法を書き出 してみよう！	

予告

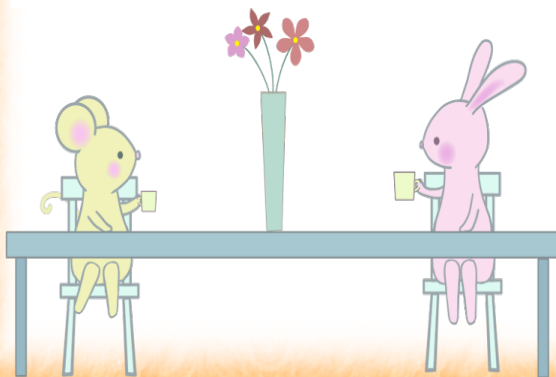
〈 次回のワークはこんな風にします 〉

まず、Aさんが「我が家の場面」を発表してください。その後、Aさんは「子ども役」をしてもらいます。いつも見ている光景を全力で展開してください(^\_^)

相手役のBさんを募集します。Bさんはママ役をお願いします。

Bさんは、Aさんの提示して下さった「我が家の場面」を使って、子どもの行動を「好ましくない行動」から「してほしい行動」に変えるチャレンジをしてみてください。

CさんとDさんは、ロールプレイをよく見ている、良かった点、こうすればもっとよくなりそうな点などを後から言っていただきます。声かけの内容だけでなく、動きや視線などにも注目してくださいね。



いよいよ、次回が最終回となります。

最後まで、たのしく頑張りましょう♪