



■子どもの行動の例

お皿をたたいて遊んでいる



例) 食事の場面

■うちの子のできているところを探しましょう！

	できる	時々できる	できない
「ごはん」と言われると食卓へ来る		●	
食卓のいすに座る	●		
「いただきます」が言える	●		
食事を食べ始める		●	
食事に集中できている			●
食事をおいしそうに食べる	●		
「ごちそうさま」が言える	●		
「ごちそうさま」を言うまで座っている		●	
食べ終わった食器を流しに持っていく			●

子育てヒント

「そんなことすると、ご飯は終わりよ」と、言うだけで、実行されないと

おどしは、子どもが良い行動を身につけるためには効果がありません。

親の指示が実行されないと分かると指示を無視するようになります。

例) 「スプーンでお皿をたたくのをやめないと、ご飯は終わりよ」

と、ママから怒られるが、食べ続けられる。

しばらくしてお皿をたたくと

「スプーンでお皿をたたくのをやめないと、ご飯は終わりよ」

と、再び怒られるが、食べ続けられる。

このように遊んでもご飯が食べられると分かると親の指示は通らなくなります。

「ママは言うだけだから、言うことを聞かなくてもいいや」

※子どもによっては親がどうするかを試すようになります。



前向き子育てでは、子どもが困った行動を起こした時も罰は使いません。必ず子どもができるように好ましい行動を教える関わりをします。同じ問題を繰り返すようであれば、成功できるように親の手伝いが必要な時もあるでしょう。また、子どもは親が注目(声かけ)する行動を繰り返す傾向があります。今回の例題では、親が子どもの良い行動(スプーンを使い食べている時など)に注目(声かけ)をしなくて、困った行動(スプーンでお皿をたたく)に注目(声かけ)することで、子どもは同じ問題を繰り返した可能性があります。



例題の「お皿をたたいて遊んでいる」で考えてみましょう。

■前向き子育てのコツ

具体的にほめる

できたこと（増やしてほしい行動）を見つけたら、その場でほめましょう。「すごいね」「さすがだね」というほめ言葉もありますが、子どもが良い行動を身につけるには、子どもに近づいて具体的にその行動をほめます。

具体的にお子さんの場合を考えて書いてみましょう。

例) 近づいて「ななちゃん、スプーンでご飯を食べているね」

■ くん（ちゃん） ができたね。



■前向き子育てのコツ

問題に応じた結果で対処する

子どもの間違っただ行動にはすぐに対応し、好ましい行動を教えることが大切です。それを手助けする1つの方法に「問題に応じた結果で対処する」があります。子ども自身、自分がどうすれば良いか理解がしやすくなります。問題の原因となっている活動やモノを取り上げます（今回の例題は、スプーンでお皿をたたいているのでスプーンとお皿を取り上げます）。問題に応じた結果は、短い時間(3分前後)で効果が期待できます。子どもと議論はしません。問題が起きたら、すぐに対応します。モノや活動を取り上げる理由を説明します。時間がきたら戻し、良い行動の練習ができるようにします。以下のような手順で、良い行動ができる機会をつくり、できたらほめます。

例) スプーンで皿をたたいている。

親「スプーンでお皿をたたいているので、2分間食事をやめます」

目の前から取り上げます。子どもと議論はしません。

親「2分経ったので食べていいよ」

親「ママと一緒に食べようね」

子どもが食べ始めたら、すぐに

親「スプーンが上手に使えているね」とほめます。



多すぎるご飯の量や苦手なメニューが原因で困った行動（スプーンでお皿をたたく）をしていることもあります。そのような状況では、子どもが食べられるご飯の量を配膳するなど、成功できるように親の手伝いが必要な時もあります。原因によって対処法も変わってきますので、今回ご紹介した方法で上手くいかない方は、一緒に考えてみませんか？お気軽にご連絡ください。



今月の定期便についての感想や質問をお聞かせください。

■お問い合わせ 子ども未来課 子育て支援係 ☎ 28-7568
(前向き子育て 担当 石橋)

科学研究費助成事業（責任者 福岡県立大学 江上千代美）

無断複写・複製を禁ず