

子どもの捉え方

ポジティブゆとり子育て
みわ



01

講座内は安心・安全の場です

お互いの思いや考えを正直に伝え合える場に

02

分からないことを分からないままにしない

積極的に質問しよう

03

アウトプット

振り返りを行うことで定着率UP

ゆとり子育てを手にいれる6ステップ

Day1. ゆとり子育てと自己肯定感

Day2. アンガーマネジメント①

Day3. アンガーマネジメント②

Day4. 子どもの捉え方

Day5. コーチングって？

Day6. 子どもを伸ばす褒め方・叱り方



01

子どもを捉えるって？

子どもを「正しく捉える」とはどういうことか？全ての基本となる子どもの捉え方をお伝えします。

02

要因を探す

子どもの困りごとには必ず要因があります。要因探しのコツがわかれば怒らずに対応できます。

03

怒りを発見に！

リフレーミングを使って、子どもの長所を見つけよう！

子どもを捉えるって？

子どもを捉えるって？

こんなことはありませんか？

癇癪を起こす



ウソをつく



宿題をしない



子どもを捉えるって？

こんなことありませんか？
親を困らせたい？

癇癪を起こす 自分の思いのままにしたい？ 宿題をしない



言うことを聞かない？



本当にそう？

子どもを捉えるって？

こんなことはありませんか？

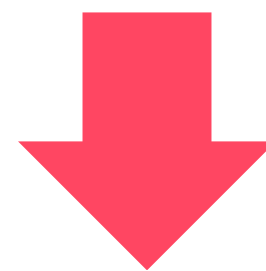
癇癢を起こす



ウソをつく



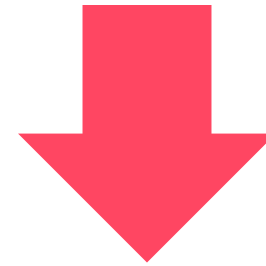
宿題をしない



子ども側の理由を知ろう

子どもを捉えるって？

子ども側の理由を知ろう



子どもの捉え方



子どもを捉えるって？

問題



ひっくり返って暴れる

対処法

「静かにして！」

「〇〇
買ってあげるから」

「もう知らない」

抱き抱えて
帰ろう



どうにかしてやめさせないと

子どもを捉えるって？

出来事

対処法

問題に対してただ対処しているだけ

「静かにして！」

「〇〇
買ってあげるから」



「もう知らない」

抱き抱えて
帰ろう

子どもは納得していない

ひっくり返って暴れる

どうにかしてやめさせないと

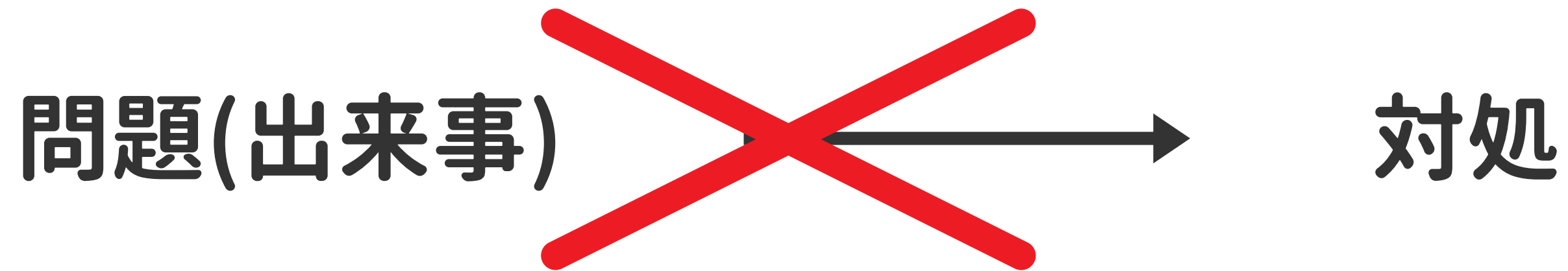
子どもを捉えるって？

問題(出来事)



対処

子どもを捉えるって？



子ども本来の望み・困りごとから
ズレる可能性がある

子どもを捉えるって？

子ども本来の望み・困りごととは？

問題

- ・つまずき
- ・失敗
- ・困りごと

対処法

- ・叱る
- ・褒める
- ・共感
- ・突き放す

子どもを捉えるって？

子ども本来の望み・困りごととは？

問題

- ・つまずき
- ・失敗
- ・困りごと

子どもの要因



対処法

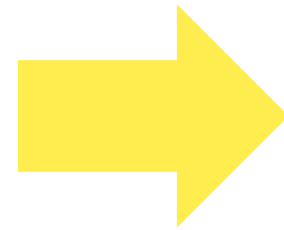
- ・叱る
- ・褒める
- ・共感
- ・突き放す

子どもを捉えるって？

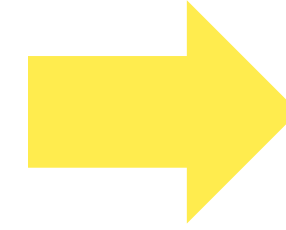
子どもの要因



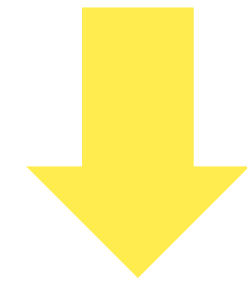
目に見えない
分からない



推測する



対処法が増える



イライラが減る！

要因を探す

【Point！】

事実を正しく捉え ただ見る

事実を正しく捉え ただ見る



要因を探す

事実を正しく捉え ただ見る

いつも
部屋がいっぱい



事実を正しく捉え ただ見る

いつも
部屋がいっぱい

片付けが
できない子だ



事実を正しく捉え ただ見る

いつも
部屋がいっぱい

片付けが
できない子だ



物を大切に
していない

事実を正しく捉え ただ見る

いつも
部屋がいっぱい

片付けが
できない子だ



物を大切に
していない

親を困らせる

要因を探す

事実を正しく捉え ただ見る

いつも
部屋がいっぱい

片付けが
できない子だ



物を大切に
していない

親を困らせる

事実を正しく捉え ただ見る

いつも
部屋がいっぱい

物を大切に
していない

片付けが
できない子だ

親を困らせる

本当にいつも？

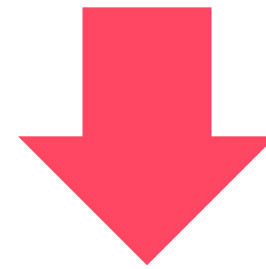
片付け方が分からないのかも？

探し物をしていたかも？

本人も困っている？

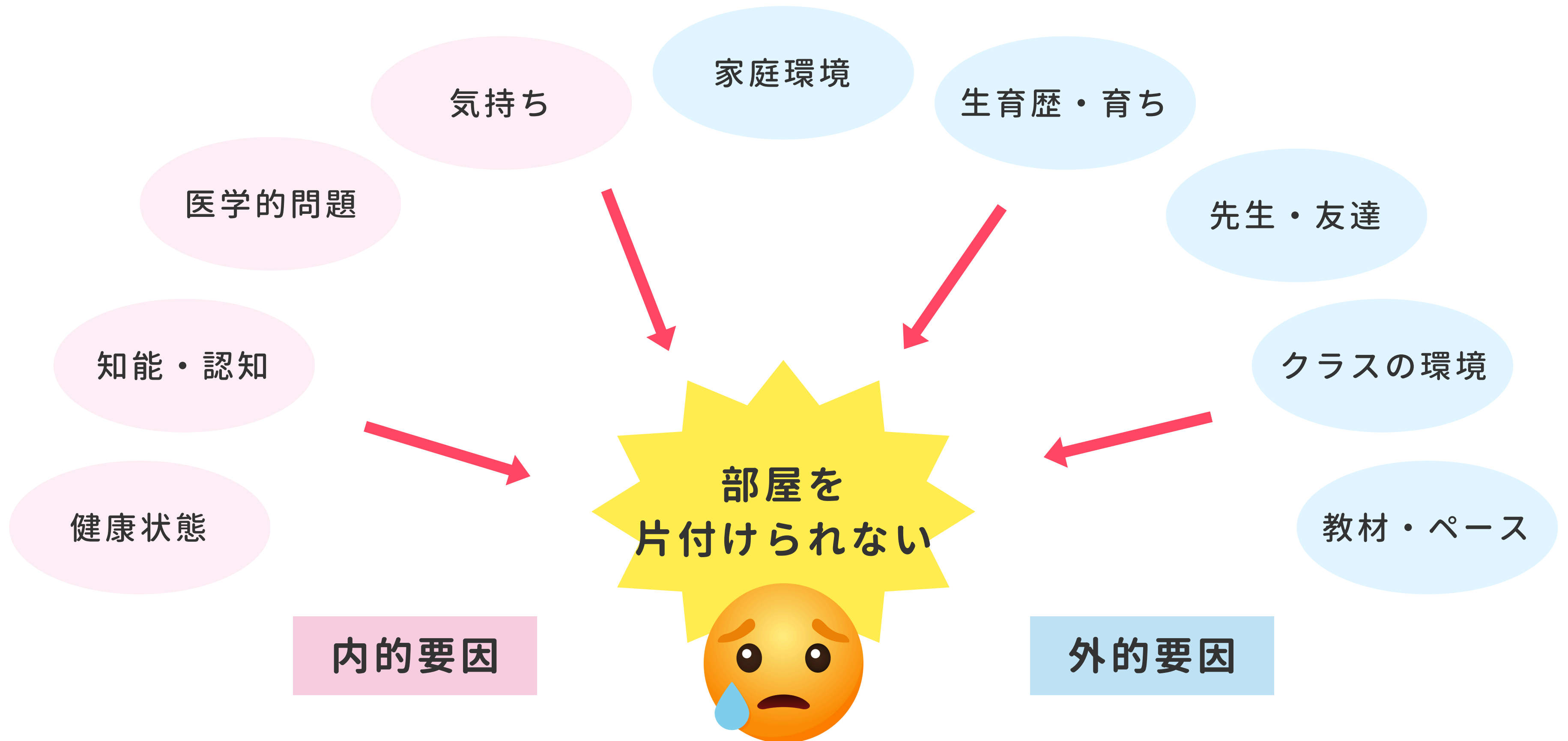


困りごと・失敗・つまずき



たくさんさんの要因がある

要因を探す



要因を探す

内的要因

外的要因

気持ち

その時の感情

医学的問題

低出生・障害・花粉症・喘息など

知能・認知

学習面・物事の捉え方

健康状態

病気・怪我・空腹・睡眠不足

家庭環境

大きな変化・離婚・出産・死別など

生育歴・育ち

過保護・過干渉・虐待・叱る

先生・友達

タイプ・仲間

クラス的环境

人数・席

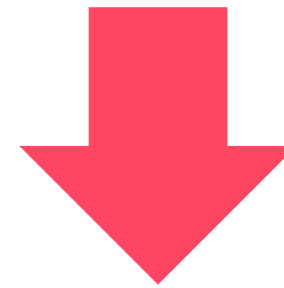
教材・ペース

遊び時間・制限・給食

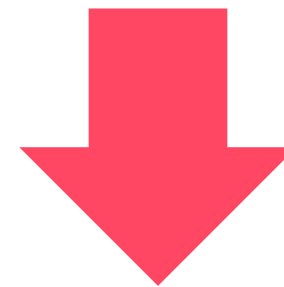
【Point !】

- ・ 要因はいくつかが重なって起こる
- ・ 同じ問題が起こっても要因は異なることがある
- ・ 内的要因、外的要因それぞれからなる
- ・ 子どもによって要因は異なる

要因が分かる



子どものことが分かる



予防ができる

要因を探す

要因が分かる

これから先ずっと使える技術

子どものことが分かる

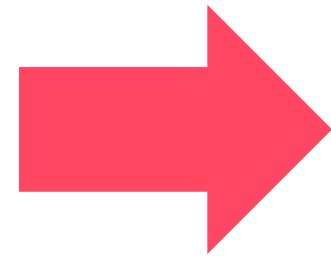


予防ができる

問題



ひっくり返って暴れる



対処法

「静かにして！」

「〇〇
買ってあげるから」

「もう知らない」

抱き抱えて
帰ろう



どうにかしてやめさせないと

要因を想像してみよう



お菓子が欲しくて
ひっくり返って暴れる

要因を探す

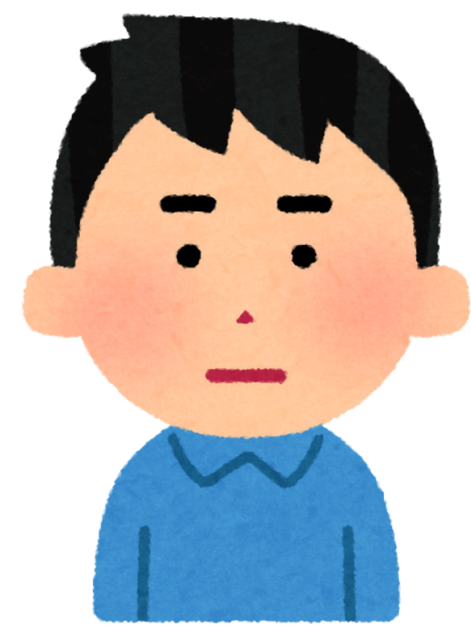
内的要因

- 気持ち その時の感情
- 医学的問題 低出生・障害・花粉症・喘息など
- 知能・認知 学習面・物事の捉え方
- 健康状態 病気・怪我・空腹・睡眠不足

外的要因

- 家庭環境 大きな変化・離婚・出産・死別など
- 生育歴・育ち 過保護・過干渉・虐待・叱る
- 先生・友達 タイプ・仲間
- クラス的环境 人数・席
- 教材・ペース 遊び時間・制限・給食

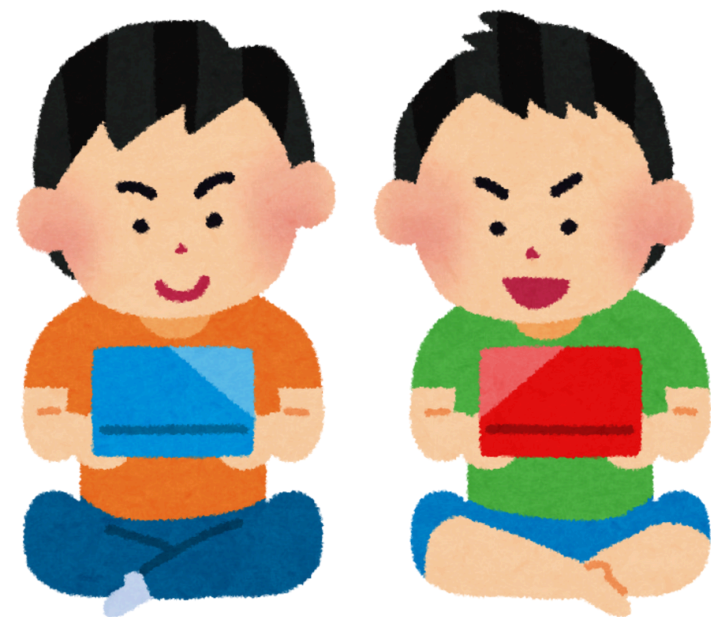
要因を想像してみよう



おもちゃを片付けたと
ウソをつく

要因を探す			
内的要因		外的要因	
気持ち	その時の感情	家庭環境	大きな変化・離婚・出産・死別など
医学的問題	低出生・障害・花粉症・喘息など	生育歴・育ち	過保護・過干渉・虐待・叱る
知能・認知	学習面・物事の捉え方	先生・友達	タイプ・仲間
健康状態	病気・怪我・空腹・睡眠不足	クラス的环境	人数・席
		教材・ペース	遊び時間・制限・給食

要因を想像してみよう



ゲームばかりして
宿題をしない

要因を探す

内的要因

- 気持ち その時の感情
- 医学的問題 低出生・障害・花粉症・喘息など
- 知能・認知 学習面・物事の捉え方
- 健康状態 病気・怪我・空腹・睡眠不足

外的要因

- 家庭環境 大きな変化・離婚・出産・死別など
- 生育歴・育ち 過保護・過干渉・虐待・叱る
- 先生・友達 タイプ・仲間
- クラスの環境 人数・席
- 教材・ペース 遊び時間・制限・給食

要因を想像したら

共感

+

伝えたいメッセージを
短的に伝える

共感の言葉

【オウム返し】

事実＋なんだね

【気持ちを代弁】

気持ち＋なんだね

【同意の合図】

そうだね

【理解の合図】

そうなんだね（そうだったんだね）

【あいづち】

なるほど

【包容力】

大好きだよ・大丈夫だよ

【Point】

- ・子どもも1人の人格
- ・×上から→○横の関係へ
- ・言葉だけに頼らない（表情・しぐさ）
- ・全てを伝えず子どもの言葉を引き出す→コーチング

〈5W1H〉	What	何をしたかったの？
	Why	なぜそういうことをしたの？
	When	いつからそう思っていたの？
	Where	どこでそうすればよかった？
	Who	誰がすればよかったのかな？
	How	どうしたの？

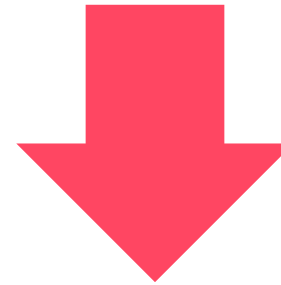
怒りを発見に！

怒りを発見に！

子どもの捉え方を変えるもう一つの方法

怒りを発見に！

子どもの捉え方を変えるもう一つの方法



リフレーミング

怒りを発見に！

ご飯を食べるのが遅い

お腹空いて
いないのかも？



友達と
喧嘩したのかな？

体調が悪いのかも？

怒りを発見に！

ご飯を食べるのが遅い

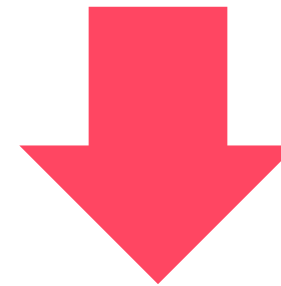
お腹空いて
いないのかも？

友達と
喧嘩したのかな？



体調が悪いのかも？

リフレーミング



時間をかけて丁寧に食べることができる

怒りを発見に！

遊びが長続きしない

年齢に
合っていないかも



楽しくて興奮して
いるのかな？

おもちゃが
たくさんありすぎる

怒りを発見に！

遊びが長続きしない

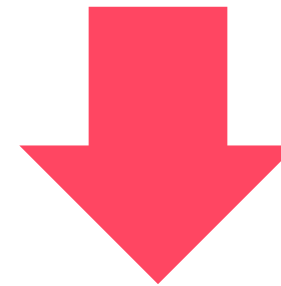
年齢に
合っていないかも



楽しくて興奮して
いるのかな？

おもちゃが
たくさんありすぎる

リフレーミング



色々なことに興味を持ち積極性がある

怒りを発見に！

片付けが苦手

やり方が
分からないのかも



まだ遊びたいのかも

疲れているかも

怒りを発見に！

片付けが苦手

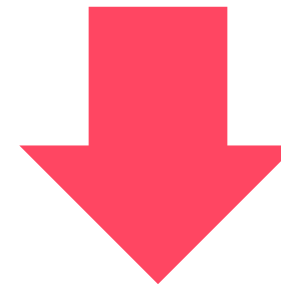
やり方が
分からないのかも



まだ遊びたいのかも

疲れているかも

リフレーミング



細かなことが気にならない

challenge!

ポジティブ変換しよう！

子どものネガティブな状態を
ポジティブに書き換えてみよう

アウトプットしよう

Q.今日の学びで1番印象に残ったことは何ですか？

Q.分かりにくかったところがありますか？

Q.今日から何を実践しますか？