

# 子どもを捉える

## ～観察のポイント～

ポジティブゆとり子育て

## お約束

---

- 01
- 02
- 03

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

分からぬことを分からぬままにしない  
積極的に質問しよう

アウトプット  
振り返りをすることで定着率UP

# 講座の流れ

01 STEP

自分を知る



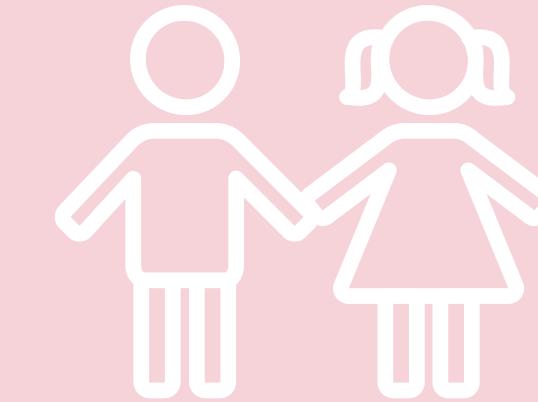
02 STEP

怒りを知る



03 STEP

子どもを知る



ポジティブゆとり子育て

# 講座の流れ



- ・子どもの捉え方
- ・褒め方叱り方
- ・コーチング

ポジティブゆとり子育て



# 子どもを知る



- 1
- 2
- 3
- 4
- 5

ゴール設定

問題行動の捉え方

要因探しのコツ

怒りを発見に変える方法

まとめ



## 今日のGOALを考える

この時間が終わったら  
どんな状態になっていたいですか？



## 問題行動の捉え方

# こんなことありませんか？

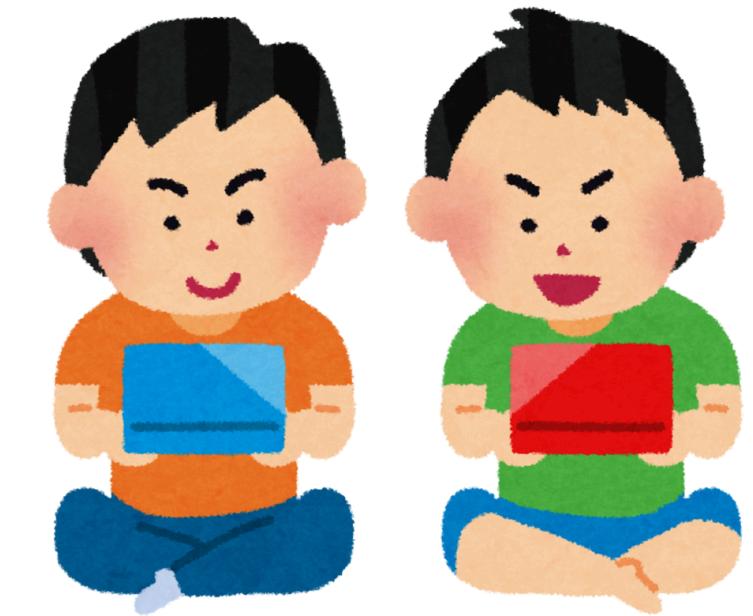
癪癥を起こす



ウソをつく



宿題をしない



こんなことありませんか？

親を困らせたい？

癪癥を起こす

ウソをつく

宿題をしない

自分の思いのままにしたい？

言うことを聞かない？



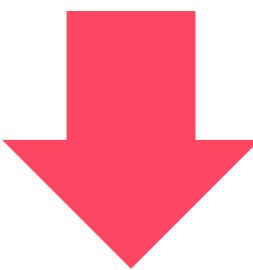
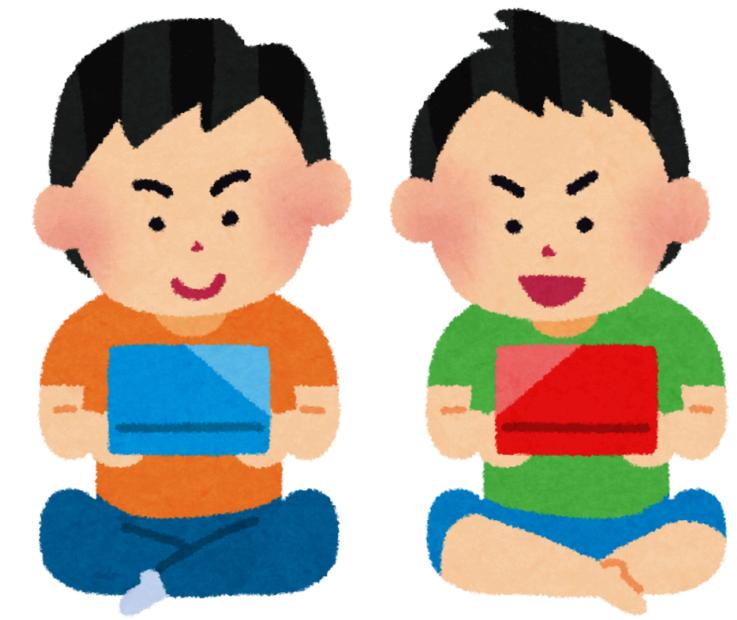
癪癥を起こす



ウソをつく

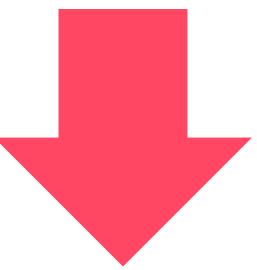


宿題をしない

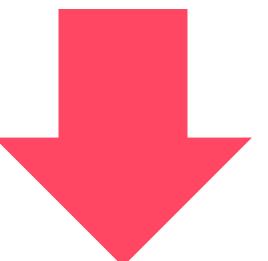


子どもの行動には全て理由がある

# 子どもの行動の理由を知る



# 子どもの行動の理由を知る



## 観察



# 観察すると…

- ・子どもの本当の気持ちに共感できる
- ・成長や変化に気づくことができる
- ・関わり方のヒントが得られる
- ・子どもにあったサポートができる
- ・得意不得意が分かる
- ・過度な期待を手放せる
- ・親への信頼感が生まれる



# 観察しないと…

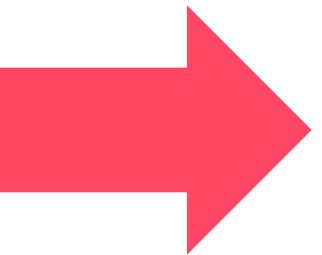
- ・誤った理解や判断をしてしまう
- ・子どもの気持ちやサインを見逃してしまう
- ・問題行動が増える
- ・関わりが一方的になる
- ・子ども自身、感情に鈍感になる
- ・イライラが増える
- ・子どもの自己肯定感が下がる



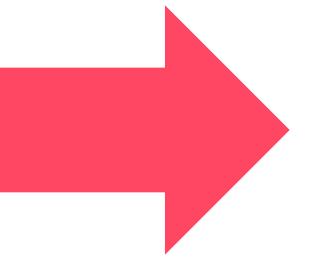
# 観察ポイント

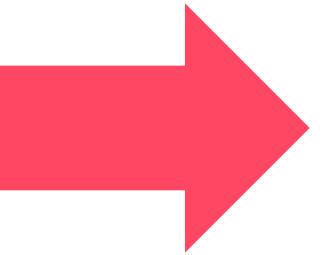
事実を正しく捉える



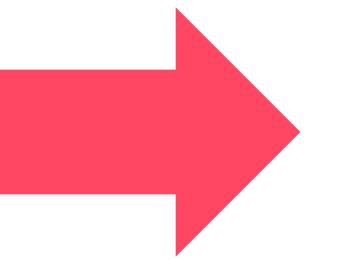


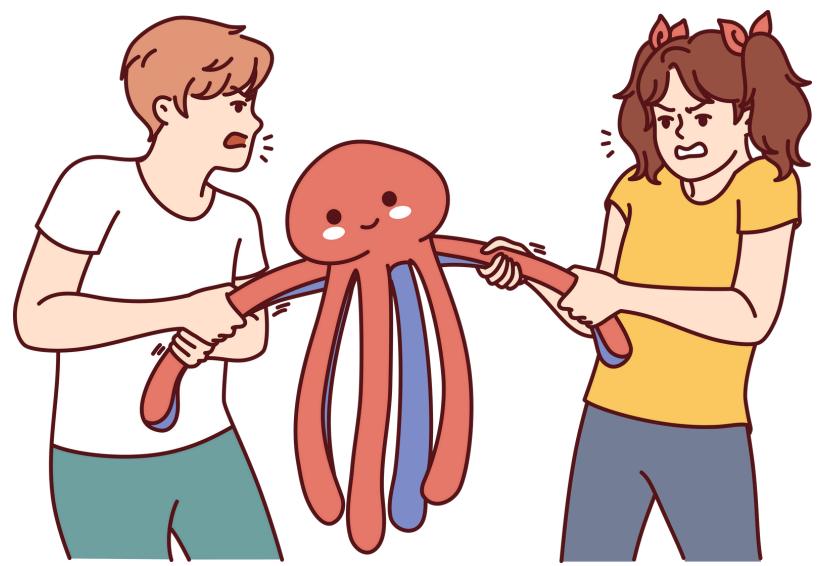
「なんて手のかかる子」  
「またワガママばかり言って」  
「あーまた癪癥か」  
「それくらい我慢するべきでしょ」  
「〇〇がいけなかつたせいだ」  
「私はダメな母親だ」





「いつも部屋をいっぱいにする」  
「この子は片付けができない」  
「また私が片付けないといけないじゃん」」  
「もう〇歳なんだから片付けするべき」  
「私の育て方が悪かったんだ」  
「これくらい簡単にできるでしょ」





「いつも上の子が悪い」  
「下の子はいつもワガママ」  
「いつもこうなんだよね」  
「きょうだいは仲良くするべき」  
「この子は頑固だ」  
「何回言っても無駄」

シロクロン



ベッキー



フィルタン



ジーブン



ラベラー



パンカー



マグミニ



magnification  
&  
minimization

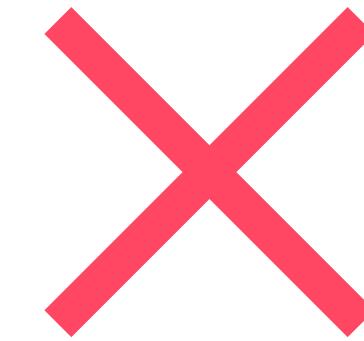
ジャンパー



事実を捉えるために…

出来事に隠れている

**要因**を探す



**行動を変える**

×

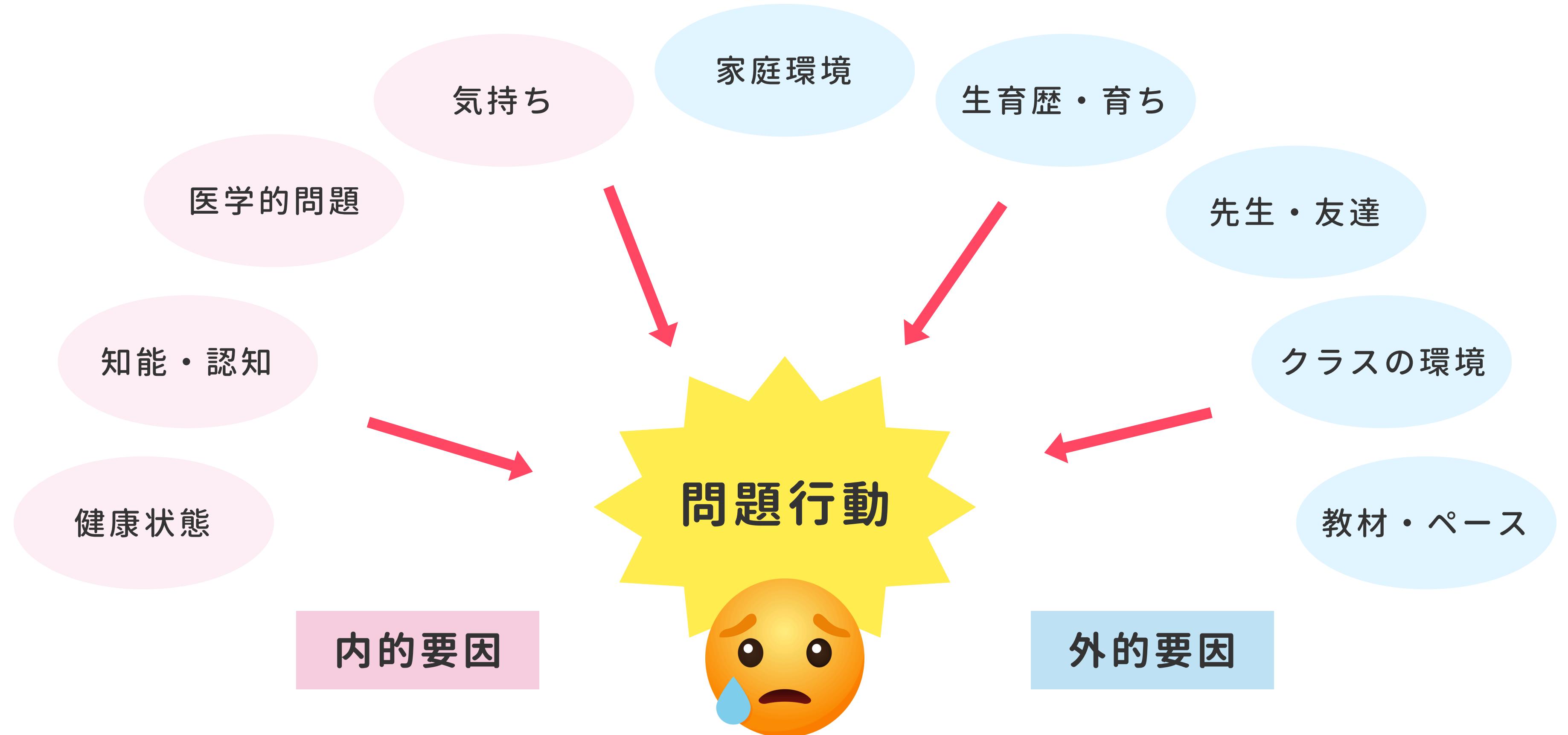
行動を変える

○

感情を変える



## 要因探しのコツ



## 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

生育歴・育ち

先生・友達

クラスの環境

教材・ペース

大きな変化・離婚・出産・死別など

過保護・過干渉・虐待・叱る

タイプ・仲間

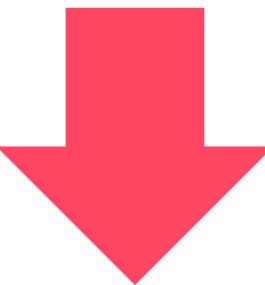
人数・席

遊び時間・制限・給食

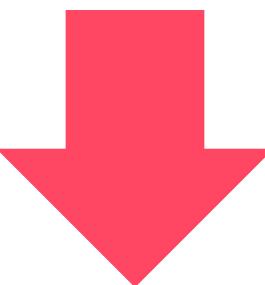
## ポイント

- ・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

# 要因を想像してみよう



【2歳】  
保育園帰りのスーパーで  
「お菓子買って」と  
癇癪を起こしている

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

# 要因を想像してみよう



**【4歳】**  
**「おもちゃ片付けてね」の**  
**声に対して**  
**「片付けた」と嘘をつく**

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

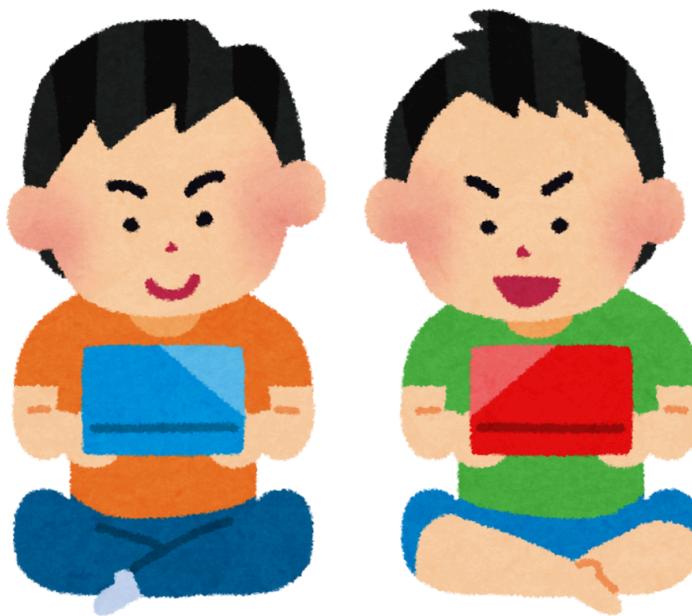
**生育歴・育ち** 過保護・過干渉・虐待・叱る

**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

# 要因を想像してみよう



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

【小3】  
学校から帰ってきてすぐ  
宿題やらずにゲームしてる

# 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です？
	Who	誰がすればよかったですのかな？
	How	どうしたの？

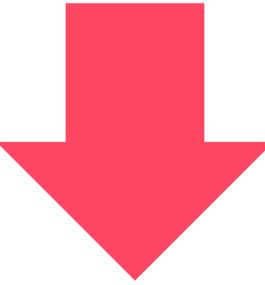
怒りを発見に変える方法

リフレーミング

# ご飯を食べるのが遅い



# ご飯を食べるのが遅い

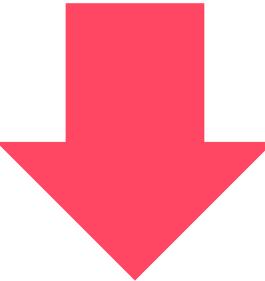


時間をかけて丁寧に食べることができる

# 遊びが長続きしない



# 遊びが長続きしない

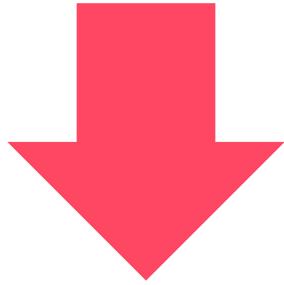


色々なことに興味を持ち積極性がある

# 片付けが苦手



# 片付けが苦手



細かなことが気にならない

## HOMEWORK

子どものネガティブを  
ポジティブ変換をしよう！

## 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はありますか？

Q. 今日から何を実践しますか？