

4.子どもを知る

Mama Base講座 『ROOTS』

子どもを知る

- 1 発達段階を知る
- 2 問題行動の構造を理解する
- 3 見立て力を上げる

問題行動の構造を理解する

こんなことありませんか？

癇癢を起こす



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？

癩癩を起こす

ウソをつく

宿題をしない

自分の思いのままにしたい？



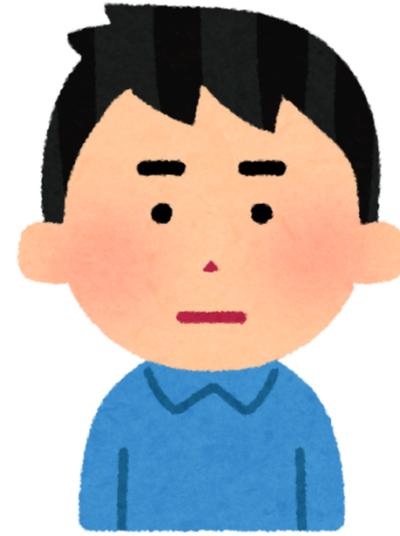
言うことを聞かない？



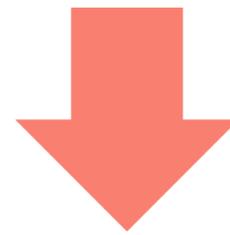
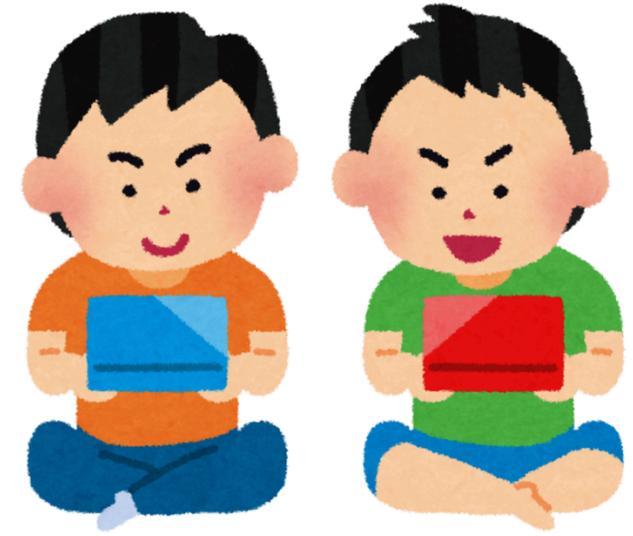
癪癢を起こす



ウソをつく

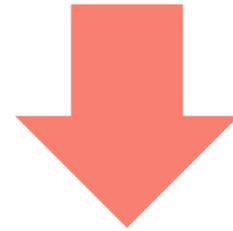


宿題をしない

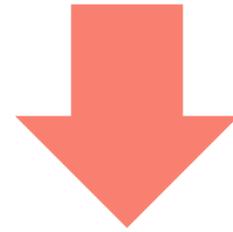


子どもへの行動には全て理由がある

子ども^の行動の理由を知る



子どもたち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

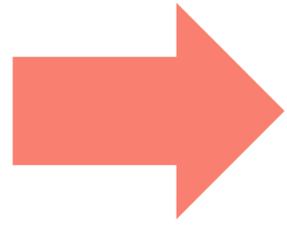


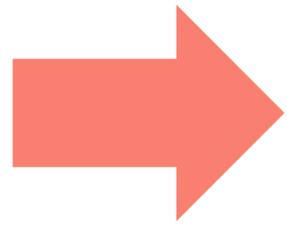
観察しないと…

- 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
- 関わりが一方向的になる
- 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



事実を正しく捉える





「なんて手のかかる子」

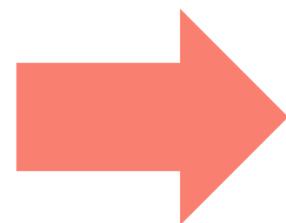
「またワガママばかり言って」

「あーまた癩癩か」

「それくらい我慢するべきでしょ」

「〇〇がいけなかったせいだ」

「私はダメな母親だ」



「いつも部屋をいっぱいにする」

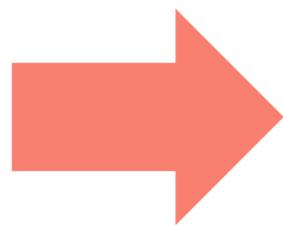
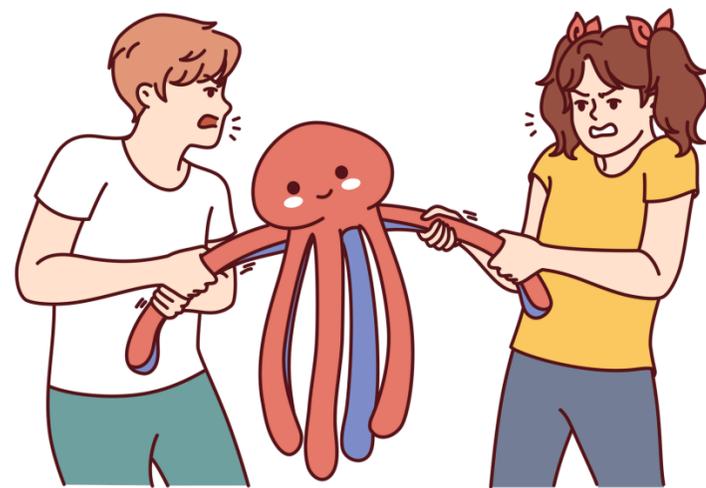
「この子は片付けができない」

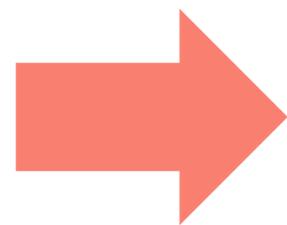
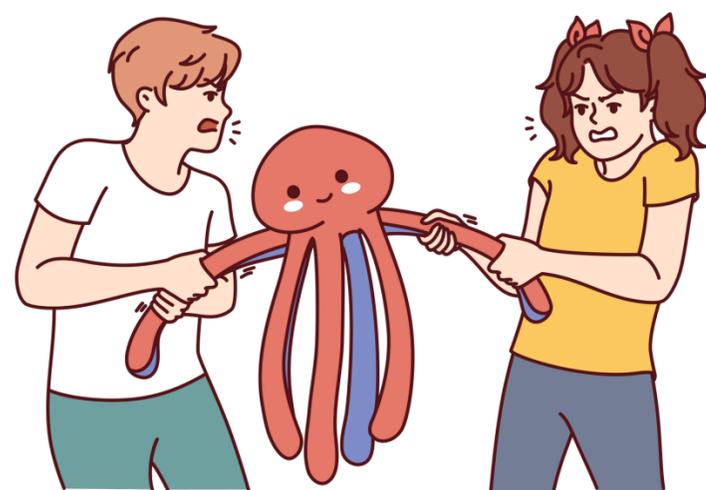
「また私が片付けないといけないじゃん」

「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



ベツキー



フィルタン



ジーブン



ラベラー



パンカー



マグミニ



ジャンパー



事実を捉えるために…

- 事実と解釈（思考のクセ）を分ける
- 子どもの要因を探す

見立て力を上げる

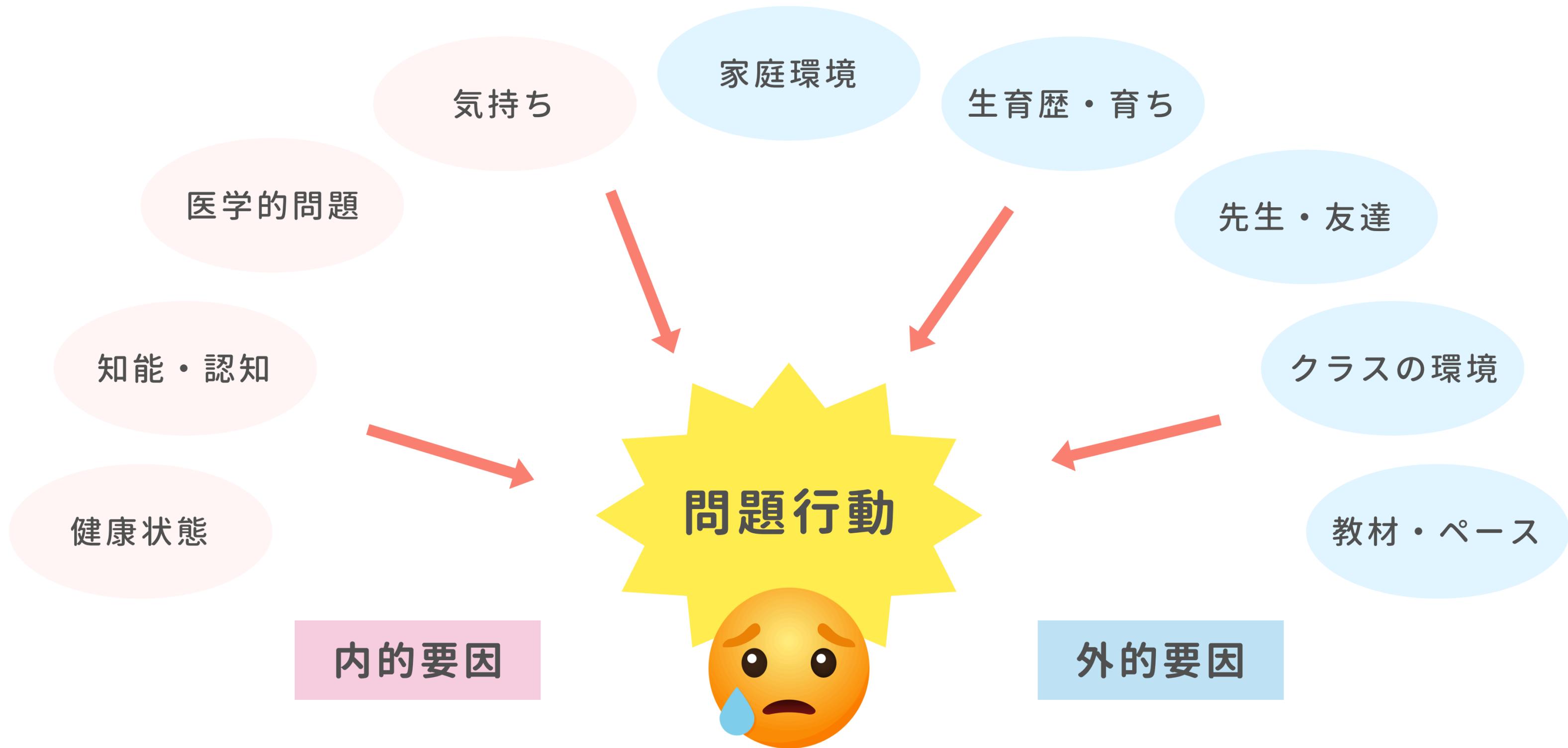
子どもの問題行動はなぜ起こるのか？

要因を探すコツを知ること、

「私を困らせる行動」ではなく

「子ども自身の困りごと」

としての見立てができるようになります



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

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

子ども側の要因を想像してみよう！

事例①



【2歳】
保育園帰りのスーパーで
「お菓子買って」と
癇癢を起こしている

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

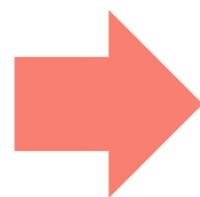
外的要因

- 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
- クラス的环境** 人数・席
- 教材・ペース** 遊び時間・制限・給食

事例①



【2歳】
保育園帰りのスーパーで
「お菓子買って」と
癇癢を起こしている



- お腹が空いている？
- 眠い？
- 体調崩しそう？
- 保育園疲れてる？
- 何か嫌なことがあった？
- 給食食べられなかったのかな？
- 約束忘れた？
- お菓子がどうしてもほしい！
- 抱っこしてほしい？
- いつも買ってくれてるから？
- 癇癢起こせば買ってくれと誤学習してる？

事例②



【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

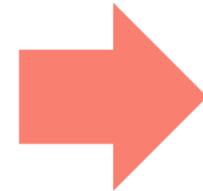
外的要因

- 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
- クラス的环境** 人数・席
- 教材・ペース** 遊び時間・制限・給食

事例②



【4歳】
「おもちゃ片付けてね」の
声に対して「片付けた」と
言ったが、実際には片付け
ていなかった



- 「片付け」の捉え方の違い
- めんどくさかった？
- 片付け方が分からない？
- 疲れていた？
- 怒られるのが怖かった
- 放っておいても片付けてくれると
考えてた？
- 大人と一緒に片付けたかった

事例③



【小3】

学校から帰ってきてすぐ宿題する約束だが、やらずにゲームをしている

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

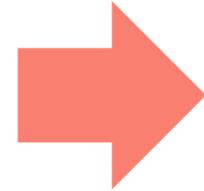
- 家庭環境** 大きな変化・離婚・出産・死別など
- 生育歴・育ち** 過保護・過干渉・虐待・叱る
- 先生・友達** タイプ・仲間
- クラスの環境** 人数・席
- 教材・ペース** 遊び時間・制限・給食

事例③



【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



- 疲れている
- めんどくさい
- お腹空いてる
- 宿題したくない
- 勉強が分からない
- 友達と約束をしている
- とにかくゲームがしたい

子どもの要因が想像できたら

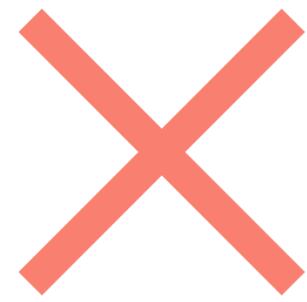


子どもが要因が想像できたら

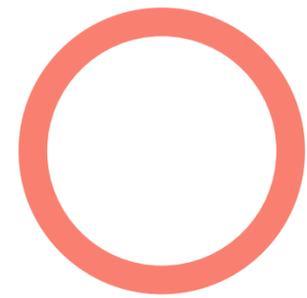
× 行動を変える



子どもの要因が想像できたら



行動 を変える



感情 を変える



感情を変えるために…

感情に寄り添う

+

伝えたいメッセージを
短的に伝える

感情に寄り添う言葉

【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

! 同じ気持ちにならなくていい
「あなたはそう思うんだね」という姿勢で伝える

【Point】

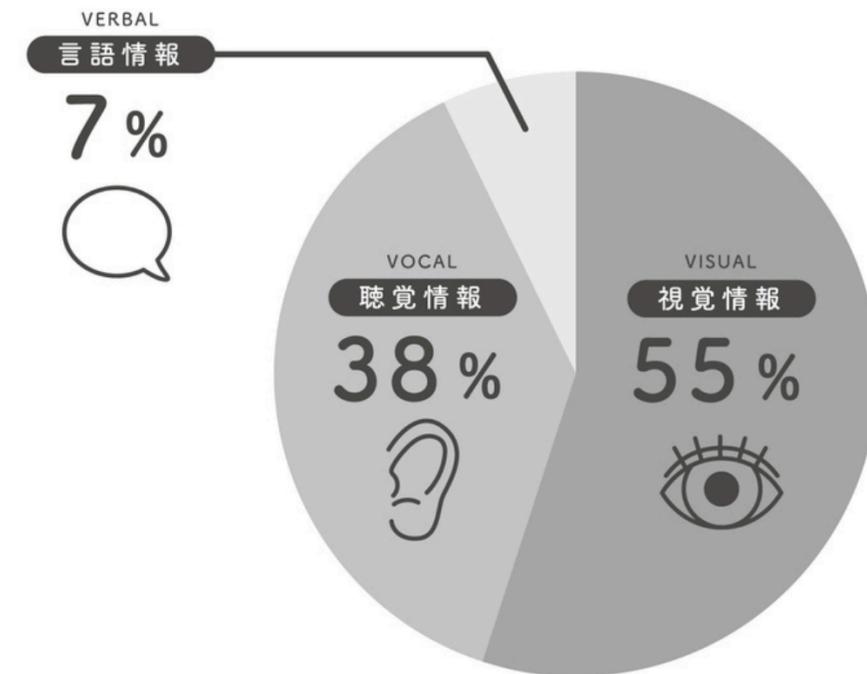
- 子どもを1人の人格として接する
- ×上から→○横の関係へ
- 言葉だけに頼らない（表情・しぐさ）

※メラビアンの法則

視覚情報…55%

聴覚情報…38%

言語情報…7%



【Point】

- 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？

見立て力を上げて、子どもに感情に寄り添うことで
安心や信頼が積み重なるだけでなく、
大人の声が子どもに届きやすくなります

怒りを発見に変える方法

子どもの見方を変えよう



これだけしかない

まだこんなにある

物事には必ず 2つの視点がある

子どもの見方を変えよう

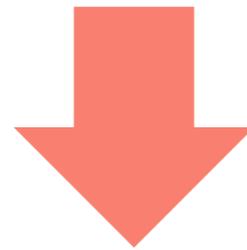
無理やりポジティブに考えるのではなく、
事実は変わらなくても、その事実に対する
「捉え方」は自分で決められる

それによって子どもへの見方も変わるし
感情も言葉も変えることができる

ご飯を食べるのが遅い



ご飯を食べるのが遅い

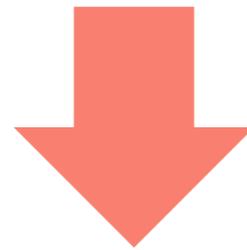


時間をかけて丁寧に食べることができる

遊びが長続きしない



遊びが長続きしない

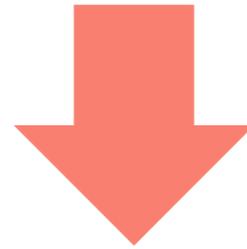


色々なことに興味を持ち積極性がある

片付けが苦手



片付けが苦手



細かなことが気にならない