

SP-2

好ましい行動の育み方

藤田 一郎

福岡女学院大学 人間関係学部 子ども発達学科

子どもの行動を観察して、その子の特徴や気持ちを理解し、成長発達を促すために支援できることを親とともに考えましょう。気になる子をよく見ると、困っていることを表現できずに困り続けていたり、子どもの心のSOSを理解できずに親が悩んでいたり、医療関係者が支援したくても手立てが思い浮かばなかったりすることがあります。子どもは不安、悲しみなどの様々な感情を非言語的な表現で伝えてくるので、行動や表情、身体症状で伝えてくる子どものメッセージを読み取らなければなりません。

子どもへの具体的な声かけを親と話し合いますが、私は前向き子育てプログラム・トリプルPを参考にしています。親に前向きな子育てアドバイスを行い、家庭における親から子どもへの関わり方を変え、子どもの行動が少しずつでも改善するように支援します。トリプルPでは良好な親子関係づくり（子どもと話す・愛情を表現するなど）をまず考え、良い手本を示しながら、子どもの好ましい行動に注目します。新しい行動を身につけていくためには、子どもと約束して観察し、できたら褒めます。

例えば、しつけを行うために子どもを叱るのではなく、好ましい行動を褒めることによって子どもが自分で行動を身につけていくようにしむけます。おりこうさんの一言だけより、その行動を描写的に気持ちを込めて言う方が効果的です。「遊んだおもちゃをおもちゃ箱にきれいに片づけたね。おりこうさん。」という感じです。

また、子どもが手助けを求めてきたときは学ぶ気持ちができているので、新しい行動を教える良い機会です。ただ答えを教えるのではなく、子どもが自分で答えを見つけるようにヒントを与えてアドバイスすると良いでしょう。

子どもとの約束は守りやすい行動を肯定文で作ります。子どもに好ましい行動を教えるもので、してはいけないことを教えるではありません。「待合室で騒がない」ではなく、「待合室では本を読む」の方が効果的です。トリプルPを学んだ母親が、「これまでは子どもの行動にXをつけるしつけをしてきた。これからは好ましい行動に○をつける育て方をします。」と話していました。

気になる子どもの行動や問題行動の対応には家族の役割が大きく、そのためには親子関係の観察が必要です。そして子どもの気持ちを親と一緒に考え、親が具体的な前向きな関わり方を思いつくようにアドバイスしましょう。