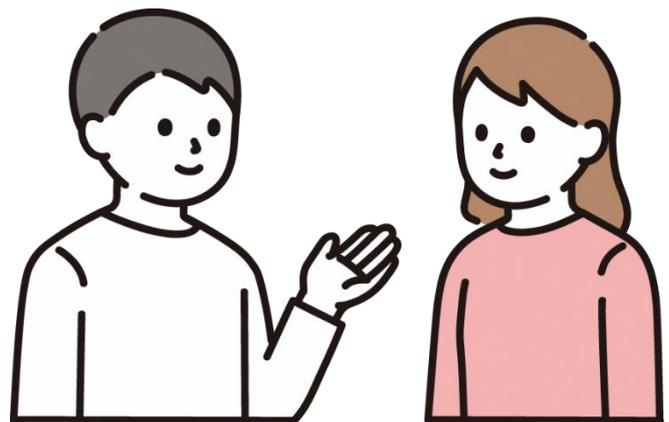
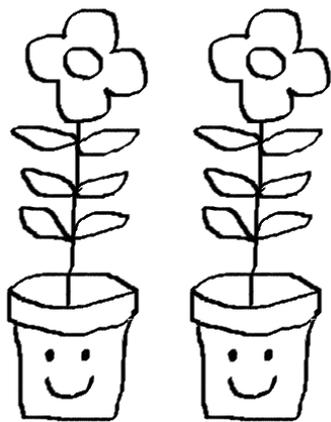


むらやまペアレントサポート講座

特別編

活用マニュアル



○活用マニュアルを使用する方へ

活用マニュアルを使用してむらやまペアレントサポート講座するにあたり、御相談したい方は、村山総合支庁子ども家庭支援課（023-627-1203）にご連絡ください。

講座で使用するテキストやワークシートの提供や講座の開催方法の説明のほか、模擬講座の開催等、皆様の取り組みを支援いたします。

目 次

○活用マニュアルについて（使用方法）・・・ 1～3

○開催のポイント・・・・・・・・・・・・・・・・ 4～5

○シナリオ・・・・・・・・・・・・・・・・ 6～22

活用マニュアルについて (使用方法)

1. 活用マニュアルについて

村山総合支庁では、育児困難感等を抱える保護者への支援方法として、平成30年度に「むらやまペアレントサポート講座（以下、講座とする）」を作成しました。そして、地域の中で身近な支援者の方々に活用いただくために講座の実施方法を学ぶ研修会や実践講座を開催し、受講後には支援者ご自身で講座を実施できるように支援者養成に取り組んできました。

これまで当講座は4日間コースとして実施してきたところですが、多くの皆様に活用していただくため令和3年度に専門家の助言を受けて簡易版として1回コースに短縮した「特別編」を作成いたしました。

この過程で、講座を地域で広めていくための課題の1つとして、テキストだけでは講座を実施するイメージしにくいことが考えられました。

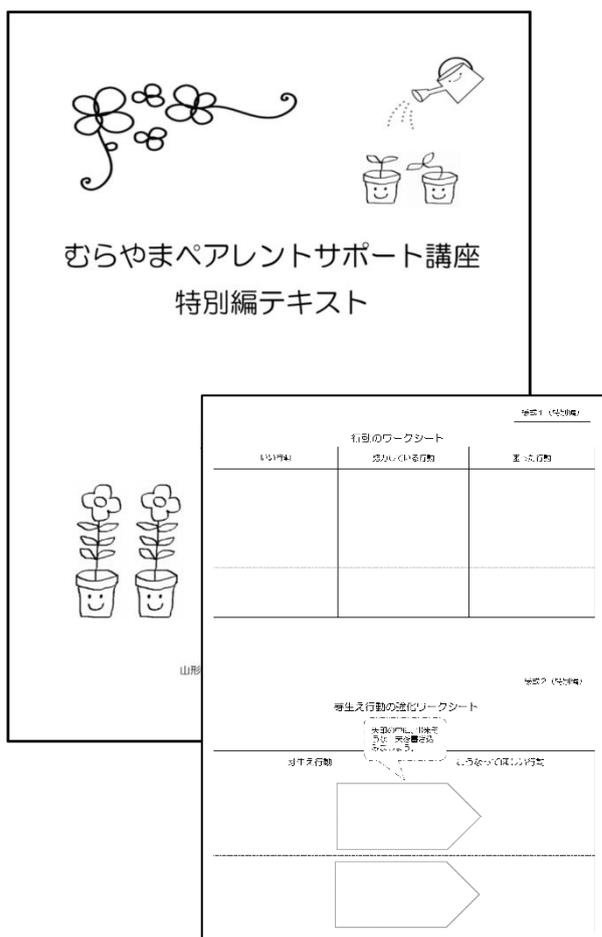
これを踏まえて、今年度、具体的なシナリオ等を盛り込んだ活用マニュアルを作成しましたので、ご所属の施設内や支援者ご自身の活動の中で御活用ください。

2. 使用方法

○各回の講座で使用するもの

参加者：テキスト、ワークシート

スタッフ：活用マニュアル



○タイムスケジュールとシナリオの見方

【タイムスケジュール】

各項目の 開始目安	シナリオ内の各項目のタイトル	各項目 所要時間
開始から	1 導入	3分
3分	2 参加者の自己紹介、お子さんの紹介	10分
13分	3 ステップ1（行動のワークシートを書いてみよう） 説明	5分
18分	4 「行動のワークシート（様式1）」を記入	8分

講座開始時間を起点とした
各項目の開始目安時間

【シナリオ】

講座開始時間を起点とした
各項目の開始目安時間

進行の目安として、
実際の実施時間を記入する。

（開始目安：開始から 26分経過）

5 格上げがないかを確認、追加記入（所要時間5分）（実際の時間 : ~ : ）

「努力している行動」、「困った行動」が書ききれない…と悩んでいる方はいますか。

そんな方はP.6のQ&Aを見てみてください。（以下を読み上げる）

Q2. 「努力しているところ」が書けない（数が少ない）…、
「困ったところ」が書ききれない…

A. 実は、「困ったところ」には、「努力しているところ」が隠れています。
「困ったところ」を、頻度や回数で見直すと努力がみえてきます。
例えば、困ったところが

- ・「家で暴言を吐く」の場合、「家では暴言を吐くが、学校では我慢できている」
- ・「欲しいものがあると駄々をこねる」の場合、「（よく考えると）5回に2回は我慢している」と考えなおすことができます。

そうすると、「困ったところ」は「努力しているところ」に格上げです。
☆「困ったことも、見かた次第では、努力が見える」ということです。

テキストの抜粋

いかがでしょうか。では、Q&Aを参考に、ワークシートに書き足したり、書き直してみましよう。

次のワークのために「努力している行動」が3つあるとよい。

進行のポイント

内の抜粋したテキストに対応した読み原稿
進行役のスタッフは、これを読み上げて講座を進めていく。

開催のポイント

(1) 参加者の募集について

○募集人数 全体で8~10人(4~5人/G×2グループ)程度が望ましい。

「むらやまペアレントサポート講座」では、グループ内や全体で考えを共有する作業がある。各グループの人数が多すぎると、発言できずに終わってしまう人もでてきてしまう。

○案内チラシの作成 チラシは、講座の“楽しい雰囲気”をアピールする。

「発達障がい」「育てにくさを感じる」などと銘打ってしまうと、保護者が警戒したり、参加することへのためらいなどにつながる可能性あり。

○勧誘方法 最初からピンポイントで“気になる子どもの保護者”を集めることは難しい。

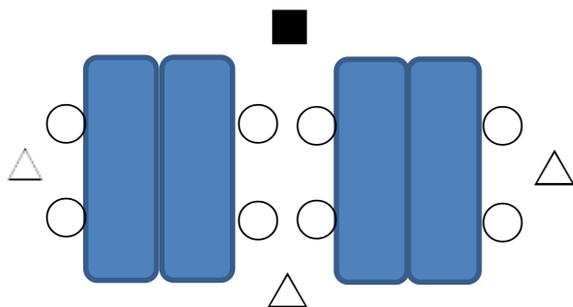
・まずは、誰でも参加できる楽しい雰囲気での集まりとして開始し、その良さを親同士の口コミで広げてもらう。

・どうしても特定の人を誘いたいときは、なおさら「子育てを楽しむために」「ほめるコツを学ぶ」等と、明るい雰囲気の楽しい集まりであることを伝えて勧めてみる。

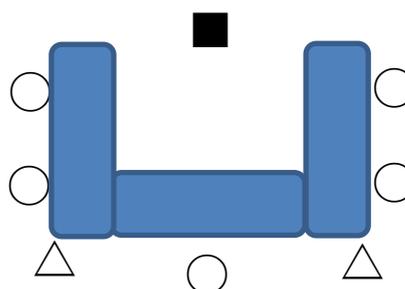
(2) 会場設定やスタッフの配置(例)

○…参加者、■…進行役、△…スタッフ

<2グループの場合>



<少人数の場合>



スタッフは、参加者のフォローをする必要があるため(例:ワークでの助言等)、参加者2~3人にスタッフ1人を配置できることが望ましい。

(3) 時間配分

・「むらやまペアレントサポート講座特別編」は、1回90分で開催する。

特別編 シナリオ

○タイムスケジュール

各項目の 開始目安		各項目 所要時間
開始から	① 導入	3分
3分	② 参加者の自己紹介、お子さんの紹介	10分
13分	③ ステップ1（行動のワークシートを書いてみよう） 説明	5分
18分	④ 「行動のワークシート（様式1）」を記入	8分
26分	⑤ 格上げできる行動がないかを確認、追加記入	5分
31分	⑥ 情報共有 行動のワークシート	10分
41分	⑦ ステップ2（芽生え行動を探してみよう）説明	3分
44分	⑧ 芽生え行動の決定	3分
47分	⑨ ステップ3（芽生え行動の強化ワークシートを〜）説明	2分
49分	⑩ 「芽生え行動」の記入	2分
51分	⑪ 「こうなってほしい行動」の記入	5分
56分	⑫ 「こうなってほしい行動」の表現、難易度の確認	2分
58分	⑬ 情報共有「芽生え行動」と「こうなってほしい行動」	10分
68分	⑭ 4ページ（効果的なほめ方など）の説明	5分
73分	⑮ 矢印（工夫や支援）の記入	5分
78分	⑯ 情報共有	10分
88分	⑰ まとめ	2分

(開始目安：開始)

1 導入 「むらやまペアレントサポート講座とは」 (所要時間：3分)

(実際の時間 : ~ :)

「むらやまペアレントサポート講座」とは

★講座の目標・・・

子どもの問題を『行動で考える／見る』という考え方を習得する

★講座の基本的な考え方・・・

- ・子どもの“行動”に焦点を当てる
- ・叱るのではなく、いい行動を“即”ほめる

～参加される皆様へ～

☆この講座のフルコースは4日間コースですが、特別編として1回に再構成しました。

☆わからないことがあったら、周りをキョロキョロ見回してください。
スタッフがサポートします。

☆ワークに自信がないときは、遠慮なくスタッフに相談してください。
隣の人から見せてもらってもかまいません。

- ・「むらやまペアレントサポート講座 特別編」にご参加いただきありがとうございます。
はじめに、「むらやまペアレントサポート講座 特別編」とは、どんなものなのか、ご説明したいと思います。
- ・この「むらやまペアレントサポート講座」の目標は、「子どもの問題を『行動で考える・見る』という考え方を習得する」というものです。
- ・そして、この講座の基本的な考え方は、「お子さんの“行動”に焦点を当てる」「叱るのではなく、いい行動を“即”ほめる」というものです。
- ・皆様には、この講座に参加して、目の前で起こるお子さんの行動をよく観察して、ほめポイントを見つけるコツや、「すぐほめる」というスキルを身に付けてほしいと願っております。
- ・また、この講座は「特別編」となっております。通常版は全部で4日間コースですが、より多くの皆さんに活用していただくために、4回分を1回分に短縮した特別プログラムとなっております。
- ・皆さんには、説明をきくだけでなく、ワークに取り組んでいただいたり、皆さんの考えを共有していただきます。
- ・今までやったことがないと、わからないことや戸惑うこともあると思います。
- ・わからないことがあったら、周りをキョロキョロ見回してください。いつでもスタッフがサポートします。
- ・ワークに自信がないときは、遠慮なくスタッフに相談してください。隣の人から見せてもらってもかまいません。

(開始目安：開始から3分経過)

2 参加者の自己紹介 お子さんの紹介 (所要時間：10分)

(実際の時間 : ~ :)

- ・今日、ワークをしていくグループ内で自己紹介をしてください。

例) 参加者のお名前、お子さんの年齢・性別、お子さんの良いところ・気になるところ

(開始目安：開始から13分経過)

3 ステップ1 説明(行動のワークシートを書いてみよう) (所要時間5分)

(実際の時間 : ~ :)

行動のワークシート(記入例)

様式1(特別版)

いい行動	努力している行動	困った行動
毎食後「お母さんの料理、 「おいしいよ」と言ってくれる	一言促すと、ゲームを1時間で 終わることができる	弟に「兄ちゃん遅い」と言われ ると、弟に殴り掛かる
夕方、言われなくても、窓の カーテンを閉めてくれる	一言促すと、トイレの電気を 消すことができる	台布巾でテーブルを拭いてと 頼んでも、知らん振りする
プリントの宿題を、最後まで 終わらせる	折り紙をすると、皺は多いが、 一応完成はさせる	食事中に途中で立ち上がり、 歩き回る。

- ・お子さんの現状を整理してみます。現状を整理して書き出すことで、より具体的にお子さんの様子がわかってきます。
- ・まず、「行動のワークシート」の書き方を説明します。(手元に「ワークシート」を出す)
- ・皆さんには、「行動のワークシート」に、お子さんの「いい行動」「努力している行動」「困った行動」を書いていただきます。
- ・「いい行動」には、特別すばらしいところではなく、「普段からできていること」「当たり前に出ていること」を書きます。
- ・ハードルを下げて考えることがコツです。普段からできていることを探してみてください。
- ・「努力している行動」には、「時々はできていたり、やろうとしているところ」を書きます。完璧を求めずに、サポートがあれば何とかできることであれば、ここに書きます。
- ・「困った行動」には、「苦手なところ」「すぐにはできないところ」を書きます。どうしても困ることに絞って書いてみましょう。
- ・どのように書いていいかわからないときは、遠慮なくスタッフに声をかけてください。

(開始目安：開始から18分経過)

4 「行動のワークシート (様式1)」を記入 (所要時間8分)

(実際の時間 : ~ :)

- いかがでしょうか。書きやすいところと、書きにくいところがあるようですね。

行動のワークシート		
いい行動	努力している行動	困った行動

様式1 (特別編)

👉 スタッフは参加者の進捗状況を見守り、必要に応じて、助言し一緒に考える。

(開始目安：開始から 26 分経過)

5 格上げできる行動がないかを確認、追加記入 (所要時間 5 分)

(実際の時間 : ~ :)

- ・「努力している行動」、「困った行動」が書ききれない…と悩んでいる方はいますか。
- ・そんな方は P.6 の Q&A を見てみてください。(以下を読み上げる)

**Q2. 「努力しているところ」が書けない (数が少ない) …、
「困ったところ」が書ききれない…**

A. 実は、「困ったところ」には、「努力しているところ」が隠れています。

「困ったところ」を、頻度や回数で見直すと努力がみえてきます。

例えば、困ったところが

- ・「家で暴言を吐く」の場合、「家では暴言を吐くが、学校では我慢できている」
- ・「欲しいものがあると駄々をこねる」の場合、「(よく考えると) 5 回に 2 回は我慢している」
と考えることができます。

そうすると、「困ったところ」は「努力しているところ」に格上げできる行動です。

☆ “困ったことも、見かた次第では、努力が見える” ということです。

- ・いかがでしょうか。では、Q&A を参考に、ワークシートに書き足したり、書き直してみましよう。

 次のワークのために「努力している行動」が 3 つあるとよい。

(開始目安：開始から 31 分経過)

6 行動のワークシート情報共有 (所要時間 10 分) (実際の時間 : ~ :)

- ・ それでは、皆さんで書いた内容を共有したいと思います。
- ・ グループ内で順番にお話をしてみましょう。
(各グループ 5 人であれば、) 一人 2 分程度でお願いいたします。
- ・ 正解や間違いはありません。せっかくの機会なので、ぜひ聞かせてください。
- ・ そして、発表が終わったら、皆さんで拍手をしてください。
- ・ 他の方の発表を聞いて、“うちにもあてはまる” と思ったら、ご自分のワークシートに、どんどん書き足してみてください。

 発言後は、スタッフは率先して拍手をする。

(開始目安：開始から 41 分経過)

7 ステップ 2 説明 (芽生え行動を探してみよう) (所要時間 3 分)

(実際の時間 : ~ :)

ステップ 2



芽生え行動を探してみよう



◆ 「芽生え行動」とは・・・

「努力している行動」のなかでも、工夫次第で、1～2週間でさらに改善しそうな行動。

「行動のワークシート」の「努力している行動」の中から、芽生え行動を選んでみましょう。

- ・ ステップ 2 です。ステップ 2 では「芽生え行動」を探します。
- ・ 芽生え行動とは、
努力している行動の中でも、工夫次第で、1～2週間でさらに改善しそうな行動です。
- ・ 今回は、先ほど記入した、「行動のワークシート」の「努力している行動」から芽生え行動を選んでみましょう。

(開始目安：開始から 44 分経過)

8 芽生え行動の決定 (所要時間 3 分) (実際の時間 : ~ :)

👉 どうしても、芽生え行動が思い浮かばないとき…

- ① お子さんの行動の中で、「これから変わってほしいな」と思う行動を、1 位～3 位まで書き出してみましょう。
- ② 1 位は難しいことが多いので、今回は、2 位か 3 位のどちらかを「芽生え行動」として考えてみましょう。

- ・ それでは、芽生え行動を決定しましょう。
 - ・ 説明のあとに各時間を設けますので、まだ書かなくて大丈夫ですよ。
 - ・ 芽生え行動を選ぶコツを紹介します。
- 「努力している行動」から、「これから変わってほしいな」と思う行動を、1 から 3 位まで順位付けをしてみましょう。1 位は難しいことが多いので、今回は 2 位と 3 位を「芽生え行動」としてみましょう。

(開始目安：開始から 47 分経過)

9 ステップ3 説明 (芽生え行動の強化ワークシートを完成させよう) (所要時間 2 分)

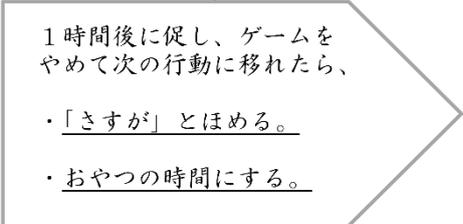
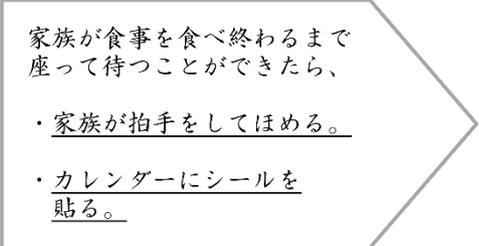
(実際の時間 : ~ :)

ステップ3

芽生え行動の強化ワークシートを完成させよう

- ① 「芽生え行動」(ワークシートの左欄)に書いてみましょう。
👉 行動が起こる頻度と、「～できる」の形で書くことがポイントです。
- ② 「こうなってほしい行動」(ワークシートの右欄)を記入してみましょう。
- ③ 「芽生え行動」から「こうなってほしい行動」を導くための工夫や支援を、 に記入してみましょう。

芽生え行動の強化ワークシート (記入例) 様式2 (特別版)

芽生え行動		こうなってほしい行動
週に2日ほど、1時間経った時に一言促すと、ゲームをやめることができる。	 <ul style="list-style-type: none">1時間後に促し、ゲームをやめて次の行動に移れたら、<ul style="list-style-type: none">・「さすが」とほめる。・おやつの時間にする。	週に4日ほど、1時間経った時に一言促すと、ゲームをやめることができる。
2回に1回ほど、家族が食事を食べ終わるまで騒がずに待つことができる。	 <ul style="list-style-type: none">家族が食事を食べ終わるまで座って待つことができたなら、<ul style="list-style-type: none">・家族が拍手をしてほめる。・カレンダーにシールを貼る。	毎回、家族が食事を食べ終わるまで、騒がずに待つことができる。

・ステップ3です。ステップ3では、「芽生え行動の強化ワークシート」を完成させます。

まずは、流れについてお話しします。

・ワークシートの左側「芽生え行動」を記入します。

・その次に、右側「こうなってほしい行動」を記入します。

・最後に、「芽生え行動」から「こうなってほしい行動」を導くための工夫や支援を、 矢印

に記入します。

(開始目安：開始から 49 分経過)

10 「芽生え行動」の記入 (所要時間 2 分) (実際の時間 : ~ :)

・では、さきほど決定した芽生え行動 2 つをワークシート左側に記入してみましょう。

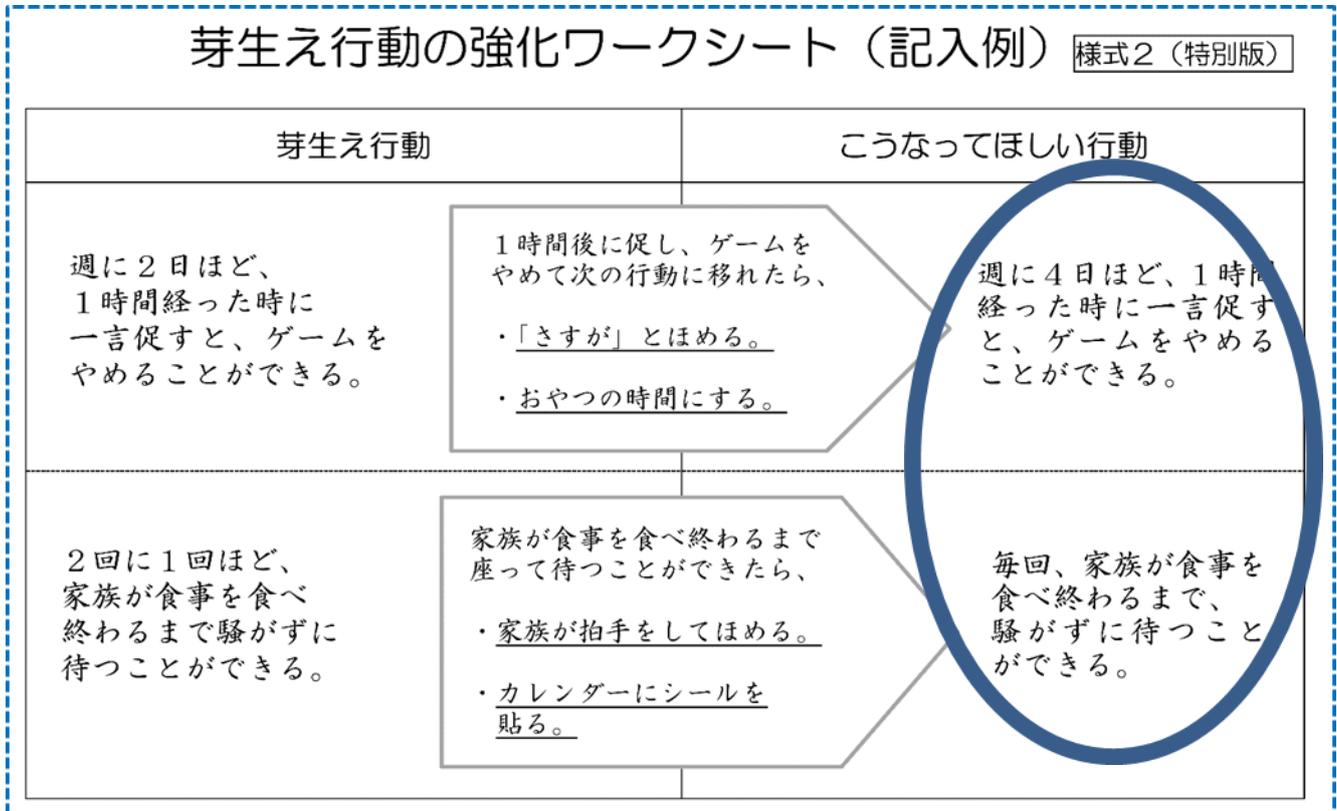
芽生え行動の強化ワークシート (記入例) 様式 2 (特別版)

芽生え行動	こうなっていほしい行動
<p>週に 2 日ほど、 1 時間経った時に 一言促すと、ゲーム やめることができる。</p>	<p>1 時間後に促し、ゲームを やめて次の行動に移れたら、</p> <ul style="list-style-type: none">・「<u>さすが</u>」とほめる。・<u>おやつ</u>の時間にする。 <p>週に 4 日ほど、1 時間 経った時に一言促す と、ゲームをやめる ことができる。</p>
<p>2 回に 1 回ほど、 家族が食事を食べ 終わるまで騒がずに 待つことができる。</p>	<p>家族が食事を食べ終わるまで 座って待つことができたら、</p> <ul style="list-style-type: none">・<u>家族が拍手</u>をしてほめる。・<u>カレンダー</u>にシールを <u>貼る</u>。 <p>毎回、家族が食事を 食べ終わるまで、 騒がずに待つこと ができる。</p>

(開始目安：開始から 51 分経過)

11 「こうなってほしい行動」の記入 (所要時間 5 分)

(実際の時間 : ~ :)



- ・つぎに、「こうなってほしい行動」を記入してみましょう。
- ・ポイントは、高すぎるゴールを設定しないことです。芽生え行動は、「工夫次第で 1～2 週間で改善しそうな行動」ですので、1～2 週間で達成できそうなゴールを設定しましょう。
- ・記入例を見ても、「芽生え行動」で「週 2 回」のところを、「こうなってほしい行動」では「週 4 回」に増えています。これくらいの変化を「1～2 週間で改善しそうな程度」と考えてください。

👉 スタッフは、参加者の求めていることが高すぎないかを確認し、必要時、一緒に考えて修正する。

👉 人によっては、先に矢印を記入している場合もあるので、記入している場所を確認する。

(開始目安：開始から 56 分経過)

12 「こうなってほしい行動」の表現、難易度の確認 (所要時間 2 分)

(実際の時間 : ~ :)

・ポイントは、高すぎるゴールを設定しないことです。芽生え行動は、「工夫次第で 1～2 週間で改善しそうな行動」ですので、1～2 週間で達成できそうなゴールを設定しましょう。

(開始目安：開始から 58 分経過)

13 情報共有 「芽生え行動」と「こうなってほしい行動」(所要時間 10 分)

(実際の時間 : ~ :)

- ・それでは、皆さんで書いた内容を共有したいと思います。
- ・グループ内でお話をしてみましょう。
記入していただいた、「芽生え行動」・「こうなってほしい行動」を一人ずつお話してください。
- ・正解や間違いはありません。せっかくの機会なので、ぜひ聞かせてください。

(開始目安：開始から 68 分経過)

14 4 ページ (効果のある褒め方など) の紹介 (所要時間 5 分)

(実際の時間 : ~ :)

- ・それでは、次に、「芽生え行動」から「こうなってほしい行動」を導くための工夫や支援を、ワークシートの真ん中の矢印に記入してみましょう。
- ・ここには、芽生え行動が見られたら、自分はどのように声かけしたり、スキンシップやご褒美を使ってほめるのか、を考えていきます。
- ・テキストの 4 ページを見てください。
- ・効果のあるほめ方、として、次のようなものがあります。
- ・まず、声かけをする、ということ。例えば、「ありがとう」「助かる」「さすが」「すばらしい」、その他、お子さんが喜ぶ声かけがあれば、それを言いましょう。
- ・次に、体をつかって表現する方法です。例えば、笑顔、うなずき、ハイタッチ、握手などがあります。
- ・シールというのは、いい行動がみられたら、紙にシールを貼っていく方法です。紙は、カレンダーでも手作りの表でもなんでもいいです。シールが増えていく様子が目に見えてわかるので、皆さんは「こんなにできたね～」とほめやすいですし、お子さんは達成感を得られ、やる気にもつながる方法だと思います。
- ・また、「具体的な行動をほめる」ことも効果的なほめ方の一つです。例えば、「おりこうさんだね」ではなく、「遊んだあと、おもちゃを片付けられたね」と行動を褒めることで、言い換えることができます。
- ・このように、具体的に伝えてあげると、お子さんはどんな行動をほめられたのかがより分かりやすくなると思います。

👉 効果のあるほめ方

- ・声かけ：「ありがとう」「助かる」「さすが」「すばらしい」
笑顔、うなずき、ハイタッチ、握手、シールなど
- ・温かく見つめる
- ・その行動に気づいていることを知らせる (例：「あの時、見てたんだよ～、よくできていたね」など)
- ・スキンシップをとる

☆具体的な行動をほめましょう。

×「おりこうさんだね」 → ○「遊んだあと、おもちゃを片付けられたね」

👉 「芽生え行動」を導くための工夫の例

- ・やってほしいことを直接要求する (例：「～してもらえる?」)
- ・いい行動ができそうな状況を探す：
機嫌のいい時間帯、楽しみが控えている時間帯、気の合う人という時間帯
- ・間接的に要求する (例：「～の時間よ」「～をしてくれると助かるわ」)
- ・次の行動がわかりやすいように、スケジュールや手順表を掲示したり、メモを貼る
- ・仲間やモデルとなる人が見本をみせる

👉 ほめるためのコツ

- ・完璧を求めず、ギリギリの出来映えでもほめましょう。
- ・他人とは比べないようにしましょう。
- ・“昔はこんな程度ではほめられなかった”とは思わないで！
- ・頼んだり指示した後は、いい行動が出てくるまで数秒 (5 秒くらい) 待ちましょう。
☆余計な一言はグツと我慢。 ×「もっと早くできたでしょ」などは NG

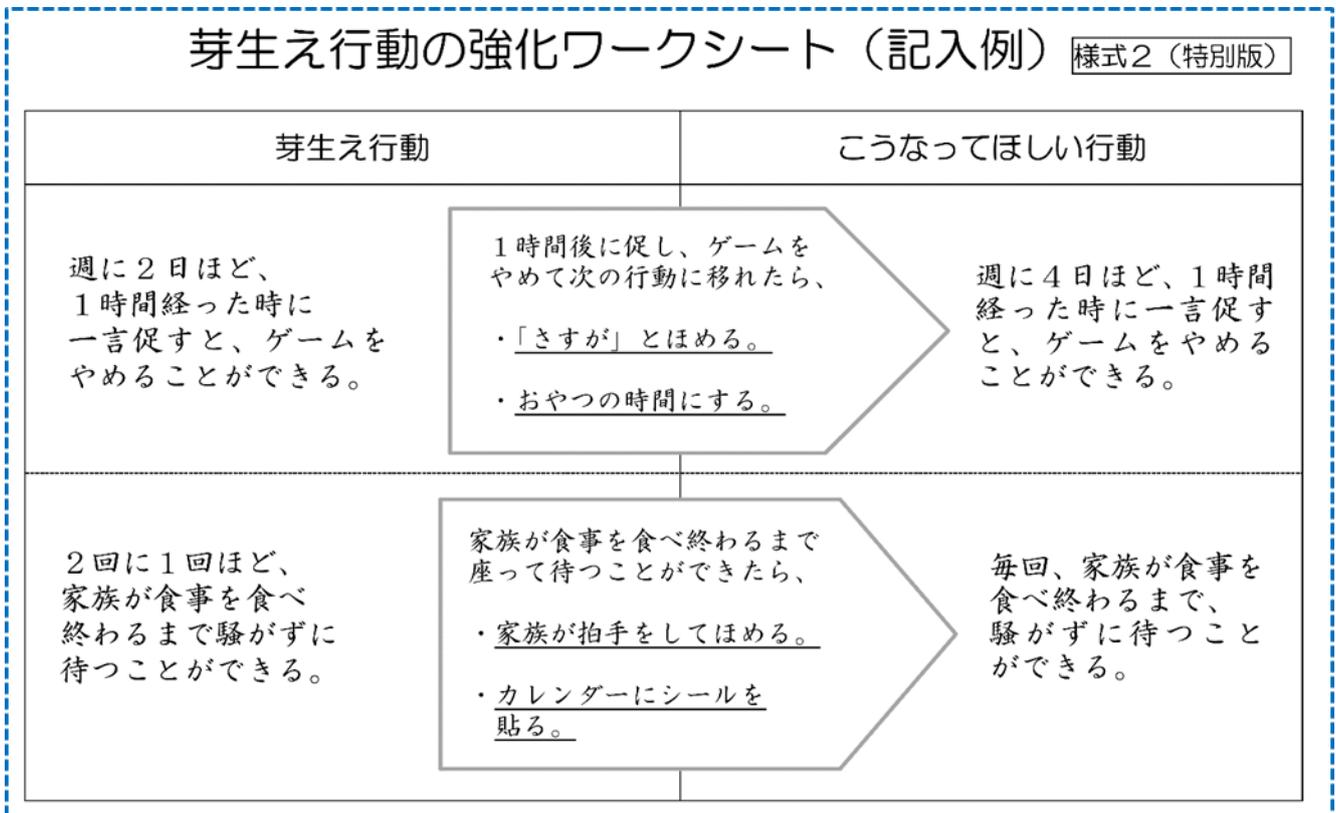
👉 「うまくほめることができない」「ほめることに抵抗がある」という時は・・・

→ Q&A (6 ページ～) をみてみましょう。

(開始目安：開始から73分経過)

15 矢印の記入 (所要時間5分)

(実際の時間 : ~ :)



・では、矢印に工夫や支援をに記入してみましょう。

- ・記入例では、「芽生え行動」が、「週に2日ほど、1時間経った時に一言促すと、ゲームをやめることができる」
- ・「こうなってほしい行動」が「週に4日ほど、1時間経った時に一言促すと、ゲームをやめることができる」
- ・そして、「芽生え行動」から「こうなってほしい行動」を導くための工夫として、「1時間後に促し、ゲームをやめて次の行動に移れたら、『さすが』とほめる」または、「おやつの時間にする」となっております。

・お子さんが喜ぶ方法は様々あると思いますので、記入例を参考にして、自分のワークシートの矢印に書いてみましょう。

(開始目安：開始から 78 分経過)

16 参加者の情報共有 (所要時間 10 分)

(実際の時間 : ~ :)

- ・他の人の考えも参考にさせていただきたいので、ここで皆さんの書いたものを、グループ内で発表して、共有したいと思います。
- ・発表の順序は、①芽生え行動、②こうなってほしい行動、③矢印の内容で、書いた中から、1人1つお願いします。
- ・おひとりの発表が終わったら、皆さん拍手をお願いします。

 発表後は、スタッフは率先して拍手をする

(開始目安：開始から 88 分経過)

17 まとめ (所要時間 2 分)

(実際の時間 : ~ :)

- ・最後に、
この講座は「できていないことを叱る」のではなく、「いい行動を褒めること」について考え、実査にワークしていただきました。

(以下は、時間があれば実施)

- ・さいごに①「芽生え行動」を導くための工夫とは、と②「ほめるためのコツ」についてお話しします。
- ・まずは率直に、「○○してほしいな」と、やってほしいことを直接要求する方法。お子さんにとって
わかりやすいので、いい行動はできやすいと思います。
- ・次に、いい行動ができそうな状況を探す、ということ。
お子さんの機嫌のいい時間帯とか、楽しみが控えている時間帯、気の合う人という時間帯など、大人ではなく、お子さんのペースに合わせて、「ここだ!」と思う場面を探すこともが大事です。
- ・お子さんの気づきを促す方法として、間接的に要求する、という工夫もあります。「～の時間よ」、「～をしてくれると助かるわ」などやんわりと要求してみましょう。
- ・お子さんにとって次の行動をわかりやすく伝えるために、スケジュールや手順表を掲示したり、メモを貼る方法もあります。次の行動をイメージしやすいので、お子さんとしては、動きやすいですね。

- ・最後に、仲間やモデルとなる人が見本をみせる、です。
- ・言葉だけでは、想像がつかないと思います。子どもはなんでもマネから始めますので、見本をみせたり、一緒にやってみる、ということが、とても大事なことになります。

- ・次に、ほめるためのコツをみていきましょう。
- ・完璧を求めず、ギリギリの出来映えでもほめましょう。コツは、「ギリギリでも」というところでは。

- ・また、他人とは比べないようにしましょう。比べたくなる気持ちも十分にわかりますが、お子さんだけをみて、以前のお子さん比べてどうなのか、をみてください。
- ・そして、“昔はこんな程度ではほめられなかった”とは思わないことも重要です。
- ・最後に、頼んだり指示した後は、いい行動が出てくるまで数秒（5秒くらい）待ちましょう。人はだれでも、すぐには動けないものです。急ぎたいと焦る気持ちもわかりますが、待つことも大事です。
- ・どんな対応でも、余計な一言はグッと我慢。これがとても大事です。「もっと早くできたでしょ」と言いたくなるかもしれませんが、「時間がかかっても、やってくれた」というところに注目して、「よくできたね」と伝えてあげてください。

- ・これで、講座は終わりになります。皆様お疲れ様でした。
- ・このあと、会場を開放するので、他の参加者様と自由にお話してもらっても構いません。

むらやまペアレントサポート講座特別編 活用マニュアル

令和5年6月

監修 : 山形県立保健医療大学 特任教授 佐竹 真次

編集・発行 : 山形県村山総合支庁保健福祉環境部
(村山保健所) 子ども家庭支援課

〒990-0031 山形市十日町一丁目6番6号
TEL 023-627-1203 FAX 023-627-1139