

1. 「行動」に焦点を当てる

「悪い子」「ダメな子」というような表現は子どもの人格を否定することにつながりかねない。
「自分は悪い子なんだ」「どうせぼくなんてダメなんだ」と感じ、自己評価が下がってしまう。
「行動」にのみ注目し、人格や性格にかかわるようなことには触れない
「あなたはとても大切な存在だけど、その行動はよくないわ」というメッセージ

2. 「注目」のパワーに注目 肯定的な注目を増やす

先行状況 → 問題行動 → 結果

問題行動を減らすためには、まず先行状況を変えることで対処できるものがたくさんある
混んでるレストランには行かない

事前に子どもの好きなものを持っていく

「結果を変える」

結果を変えるために非常に大きな力を発揮するのが「注目」のパワー

人は誰でも「人から注目されたい」、「人からほめられたい」、「認められたい」と思っている

肯定的な注目 ほめる 認める 笑顔を返す

否定的な注目 注意する、叱る、怒鳴る、ため息をつく

好ましい行動をしている時には注目を向けずに、好ましくない行動をしている時には「否定的な注目」
を即座に与えている、ということが圧倒的に多い

否定的な注目ばかり与えていると、親子の悪循環が起こる

子どもの行動は修正されない、親子関係が悪くなる

どうしたらほめられるかわからない子ども、叱られてでも親の注目を得ようとする

叱られるようなことをする

親の叱るという否定的な注目が子どもの好ましくない行動を強化している

子どもが好ましい行動をしている時に肯定的な注目を与える＝「ほめる」

肯定的な注目を与え続けることで、子どもの好ましい行動を増やし

好ましくない行動からは注目を取り去ることで不適切な行動を減らしていく

【観察と理解】

まずはじめに行動を3つに分類する

理由 それぞれ対処の仕方が異なる対処の方法を学んでいくための基本的な大切な作業