



はばたき TEA TIME

今月は「褒める」ことについてお話します。みなさん褒め言葉というとなんな言葉を想像されるでしょうか。「よく頑張ったね」「すごいね」などたくさんの褒め言葉がありますよね。褒められることにより、意欲が向上したり、自信が高まったりします。今回は褒める時のポイントを3つに分けてご紹介します。お子さんと関わる中で参考にしてみてください!(^^)!



褒め POINT①

「褒め言葉は、適切な行動の直後にかけてみましょう！」

子供が、それまでできなかったことができるようになったり、課題をクリアできたりした時には、どんな些細なことでもすぐに褒めましょう。また、結果だけでなく、過程における頑張りを褒めてあげることが大切です。褒めることでその行動が「良いこと」だと認識することができます。

褒め POINT②

「1つの行動で2回以上褒めてみましょう!」



上記の4コマ漫画を例に説明します。まずお母さんが「背筋のばして」と声を掛け、子供が背筋を伸ばすことができたら「そう、それでいいよ。」と褒めていますね。子供は褒められたことで、背筋を伸ばすという行動が※強化され、その姿勢を保とうとします。その30秒後にも褒めることで、指示を出して行動に移した時と良い行動が続いている時と一つの行動で2回以上褒めることができます。定着させたい行動を褒めることによって強化される場合があります。(※強化・・・同じ状況で特定の行動が続いたり、回数が増えたりすること)

褒め POINT③

「言葉だけが褒めることではありません」

笑顔でうなづく、ハイタッチするなどの動作は、それだけでも褒める気持ちが伝わります。また、褒め言葉をかけながら行うとさらに効果的です。さらに、はばたきでは、ジェスチャーやサインなど身体表現で褒めたり、シールや花丸マグネットを用いたりして視覚的に残る方法で褒める工夫をしています。



いろいろな場面で活用できる、目的別褒め言葉集

- がんばっている過程を褒める
「がんばってるね」「大丈夫!できるよ」など
- 存在を認める
「いつもありがとう」「助かるよ」など



ありがとう

はばたきでは、苦手なことに取り組むだけでなく、得意なことをさらに伸ばせるような支援・指導を行っています。その際、大切にしていることは具体的に良かったところを褒めることです。ご家庭でもぜひ参考にしてみてください♪♪

参考文献：発達障害の子どもを伸ばす 魔法の言葉かけ (shizu、平岩幹男)
「困った」を「できる」に変える ABA トレーニング(ナツメ社)