

おやりによく  
親力アップをめざして。

# 子育て

# 親育ち

# 読本

# I

石川丹 著



定価：1,000円 140ページ

ネットで販売中。  
ご注文はホームページより

子どもの好ましい行動を育てる、  
「療法」からのおすすめを、  
研究センター）石川丹院長がていねいに解説。

例えば、こんな工夫で子どもの「困った」行動を減らすことができます。

遊びのあと片付けをしない。

「まだ遊びたいんだね」と、気持ちを代弁してみる。

↓**凶星を言う**と、子どもが「僕のことを分かってくれた、味方だ」と思ってくれます。気持ちを分かってくれる人の言うことは、聞きたい気持ちがアップします。

いつまでもやめてくれない。

「あと3回したら止めようね、お片付けだね」「あと2回だよ」と、順々に先の見通しをアナウンスする。

↓突然やめさせるよりも、スムーズに指示に従えるようになります。やめるまでをカウントダウン！。

急に走り出してしまおう。

「ダメー走らないで」「じゃなく「走りたんだね。歩いてね、ゆっくりだよ」と伝える。

↓「だめ」という言い方はして欲しいことが伝わっていません。「～してね」と言うことやるべき事も伝わるし、気持ちを分かってくれた「感」を作れます。否定じゃなくて**肯定先行**で。

社会福祉法人 榎の会 (札幌市厚別区)

子どもクリニック・発達研究センター

TEL : 011-898-3929

<http://www.nire.or.jp>



# 本書はじめに より

子育て困難という言葉が話題になるようになって、もう何十年も経っているように思われます。子育ては元々簡単ではない事は良く知られていた筈ですが、子育てがうまく行っていないと思う親御さんが多くなったから、マスコミや世間が話題にするようになったのだらうと思います。

子育て困難を生じている場合、親が親として大変に苦労しているということですから、親自身がうまく子育てできている親になっていないのじゃないかと思っているのだらうと想像されます。

そうだとすれば、親が親として親力をバージョンアップして子育て上手になれば困難もぐっと減るでしょう。ですから本書の書名は“子育て親育ち”となっていますし、内容は親としての親力アップができるような様々なおすすみが書かれています。

本書は、親から見て困った行動をする子に困っている親、親を困らせて困っている子どもの両方、つまり困っている人同士が「うまいことやれるようになって良かった!」と思えるような親の子どもへの関わり方をお教えしようとして書かれています。

これは、楡の会が長年に渡ってつちかってきた楡式療育学です。

療育というのは障害児の治療方法の事です。障害児は今の世の中の生きにくさの程度が強いため、大人がより一層、手塩にかけて育てなければならない子どもたちです。そういう子どもたちに有効な療育は障害児ではなくても効き目があるのです。親が子育てに困難を感じる場合に、療育を応用した育て方をすると子育てがうまくいくようになったと思えるようになるのです。なぜなら、子育て困難を感じる親は「うまく子育て出来てないな」と感じているわけですが、親に子育て困難を感じさせる子どもの方も「うまくやれてないな、生きにくいな」と感じているからです。お互いに「うまくいってないな」と感じている親子双方に有効な療育方法を応用した子育ての仕方を本書は解説しています。

本書を読んで頂いた方々には必ずや「やって見ようと思うことがたくさん書いてあった」と思って頂けると確信します。

著書：石川 丹

## よ こと “好い事作り療法”

本書で解説している子どもの好ましい行動を増やす関わり方。

- 凶星を言う
- 二つ先のアナウンス
- カウントダウン
- OKの声掛け
- 叱る前に凶星を言ってダンボの耳作り
- “分かってもらえてる感”を作る
- 否定先行から 肯定先行へ
- 好きこそ物の上手なれ 得意技を磨け
- 成功体験を心に印象付ける
- やり易い手本の呈示「そんなの関係無い」
- 初めての事は予習が大事
- 「良い子の○○ どこ行ったあ」
- やっても無害にやれてる積み作り
- 安心作り
- フェーディング (Fading)療法
- 外在化

詳しくは本書に。

## 本書の方法で子育てが楽しくなった、お父さん・お母さんの声

### 「パパがこの頃上手になってきたんです!」

Aくんのママのお話です。おうちの居間のテーブルの上には、さりげなく石川院長の読本が置いてあって、ママが「読んだの?」と聞くとパパは「いやあ」と答えるそうです。でも…『Aくんが牛乳をこぼした時、パパは即「いやあ～牛乳こぼしちゃったね～残念残念。ママ～こぼしちゃった～って呼ぼう～」と、グッドタイミングでAくんに声をかけるので、Aくんはすっぱりパパのペースにハマっちゃう。この間は、カウントダウンも使っていて、母親とは違ってためらいのないすごいタイミング。「すごい上手になったね～」とパパを褒めると、まんざらでもない様子でした…』と、嬉しそうに教えてくださいました。Aくんの子育てを通してパパとママの絆も愛も更に深まりますね～。ここに至るまでのママの苦労も努力もお聞きしているので、涙・涙の感動!のお話でした。