

座談会

『子育ての悩みや心配ごとを共有しよう』

～ペアレント・サポート・プログラム（PSP）とは？～

子どもの発達支援課相談支援係

千原・須藤・高原・一柳



ペアレント・サポート・プログラム（PSP）とは

楽しく子育てができるよう支援する
保護者の応援プログラムです。

ポイント

子どもを・・

行動で見る

・

行動で考える

目指すは・・

親子がHAPPYに過ごせること



保護者支援の方法にはさまざまなものがあります

ペアレント・トレーニング応用編
(強度行動障害の家族支援等)

ペアレント・トレーニング
(ほめ方を覚える・問題行動への対処の仕方を知る)

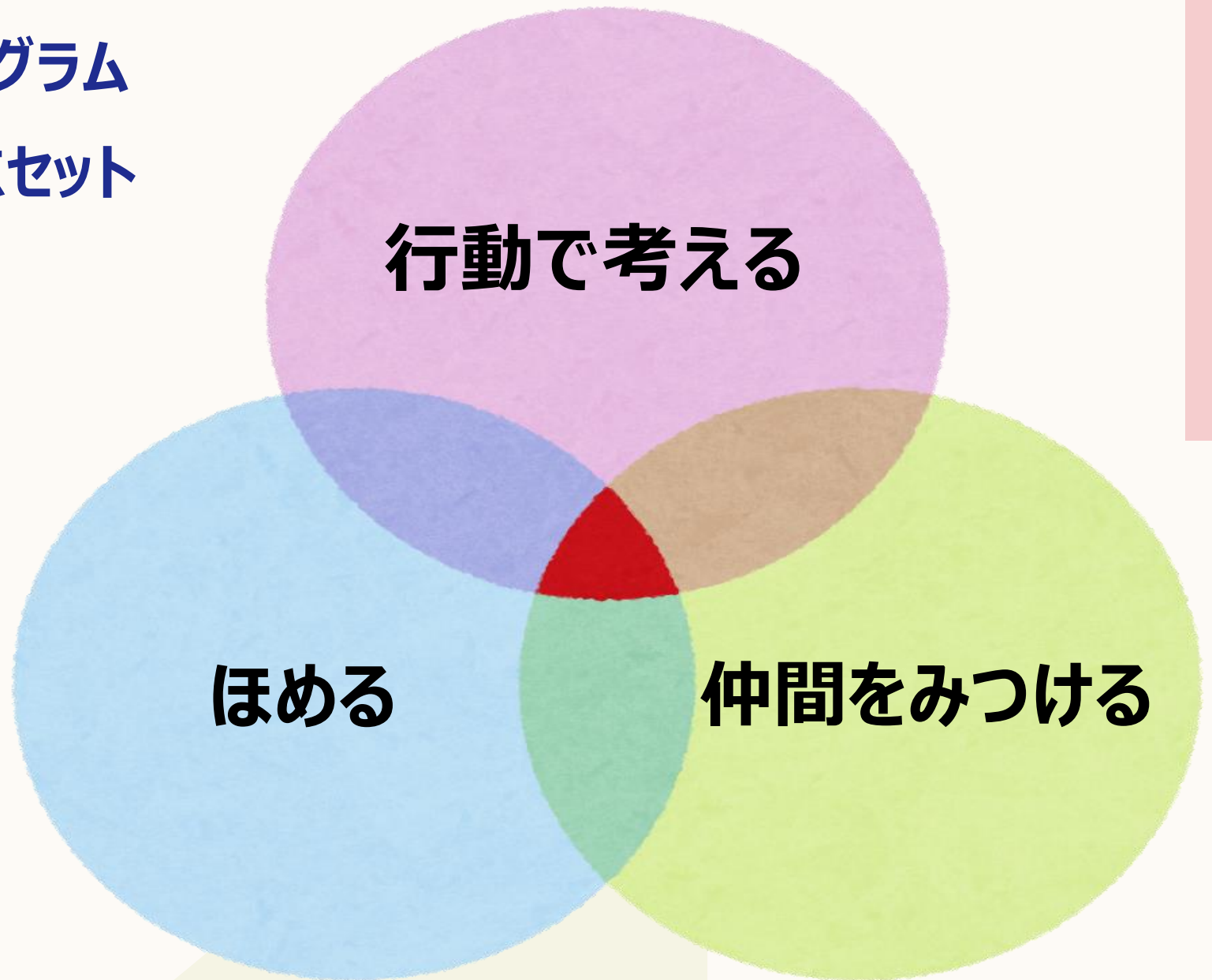
ペアレント・プログラム
(行動で見る/行動で考える)

ペアレント・サポート・プログラム

行動から子どもの理解やほめることで、

子どもができることを増やすという関わり方の工夫を学ぶ

ペアレント・サポート・プログラム
(PSP) の3点セット



行動で考える



子どもの行動を3つに分ける

好ましい行動
・増やしたい行動

好ましくない行動
・減らしたい行動

許したがいい行動
なくしたい行動

子ども自身ではなく、子どもの「行動」をみる

行動で考える

日常生活のなかで、
子どもの行動に注目しましょう！！



子どもの行動の流れを観察・記録

好ましくない行動が起こる前の状況をおさえる

行動が起きたことによりとった親の行動

好ましくない行動がどのように収束したか

ふり返る

行動のABC

(先行条件A/行動B/結果C)

A 状況・きっかけ
「どんなときに」



B 行動
「どんな行動が起き」



C 対応/結果
「その結果どうなったか」

レストランで
退屈する



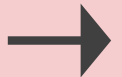
騒ぐ



おもちゃを
買ってもらった

強化！！

待ち時間の
少ないお店に行く



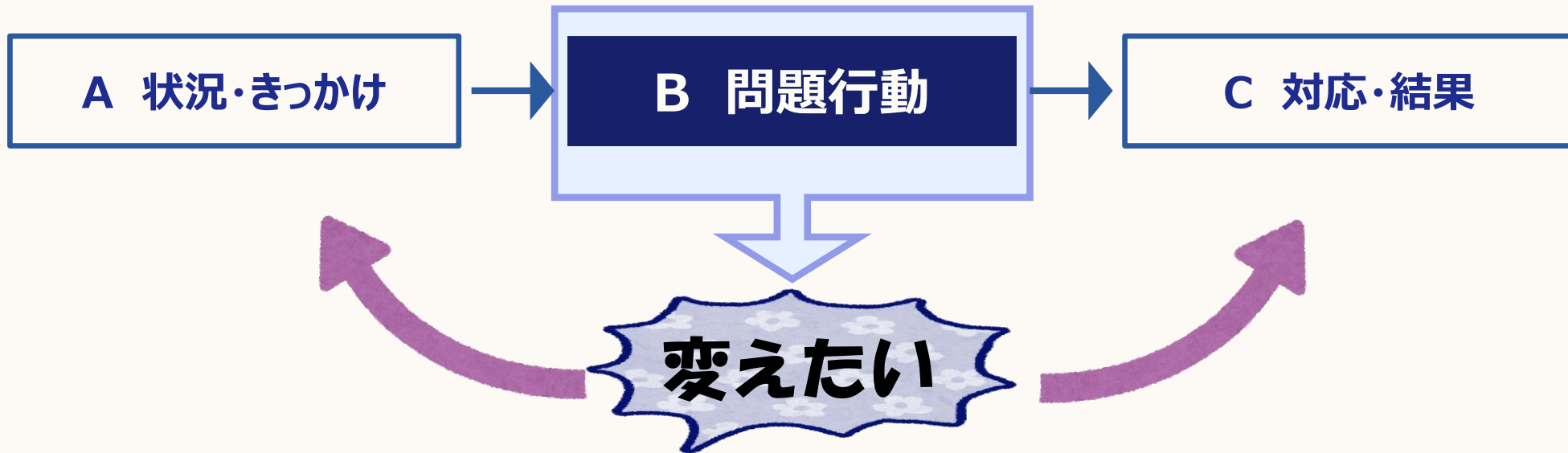
漫画を読みながら
待てる



家族皆が食事が
終わるまで待てたら
おもちゃを買ってもらった

行動のABC

(先行条件A/行動B/結果C)



B「問題行動」を変えるには、Aを変える、もしくはCを変える

注意

肯定的なC「結果」を得たB「行動」は増える（強化される）

行動で考える

子どもの行動を3つに分ける

好ましい行動
・増やしたい行動

肯定的に注目する

ほめる

好ましくない行動
・減らしたい行動

注目を外す

無視する

許したがいい行動
なくしたい行動

制限を設ける

リミットセッティング
・ タイムアウト

好ましい行動に目を向けてほめていくことを徹底する

ほめて対応する

好ましい行動に肯定的な注目を与える

= ほめる

ほめる、認める、微笑む、感謝する、興味や関心を示す、
はげます、その行動に気付いていることを知らせる など

ポイント

具体的な行動をほめる

- お片付け始めたね
- 宿題始めたのね
- この字は上手に書けてるね
- 忘れないでプリントを出してくれてありがとう



など

Good job!

Way to go!

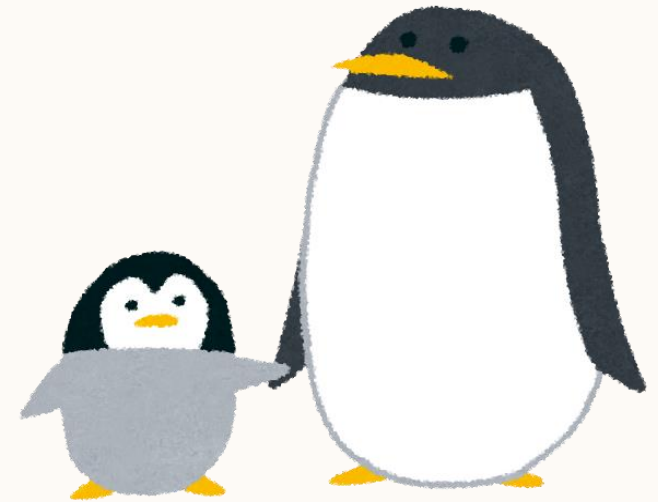
You did it!

You made it!

Well done!

Great work!

では、ここで実演を見てみましょう



いかがでしたか？

- ・ 正直、実際にはこんなに簡単ではないですね？
- ・ その子の性格、年齢にもよります。
- ・ 特性の強弱によっても変わると思います。

とはいえ・・・

ほめられること、認められること は うれしい



ほめて対応する

ほめ方のコツ



- ・ 行動自体をほめる
- ・ ほめるタイミングは、行動の最中もしくは直後 ※できるだけ早くほめる
- ・ 目をみて 笑顔で みじかい言葉で
- ・ 皮肉や批判は言わないで
- ・ その子の年齢や性格にあわせて ※その子の嬉しいと思う方法で表現する

効果

14

- 毎日の生活のなかで小さくても好ましい行動をほめることを意識して行うことを数週間、数か月と続けていくことで効果はジワジワとでてくる。



- 「続ける」ことが何より重要。

※ 継続しないと効果が持続しにくい。

親の注目の力

- **肯定的な注目**

：（例）ほめる、認める、興味や関心を示す、笑顔を向ける など

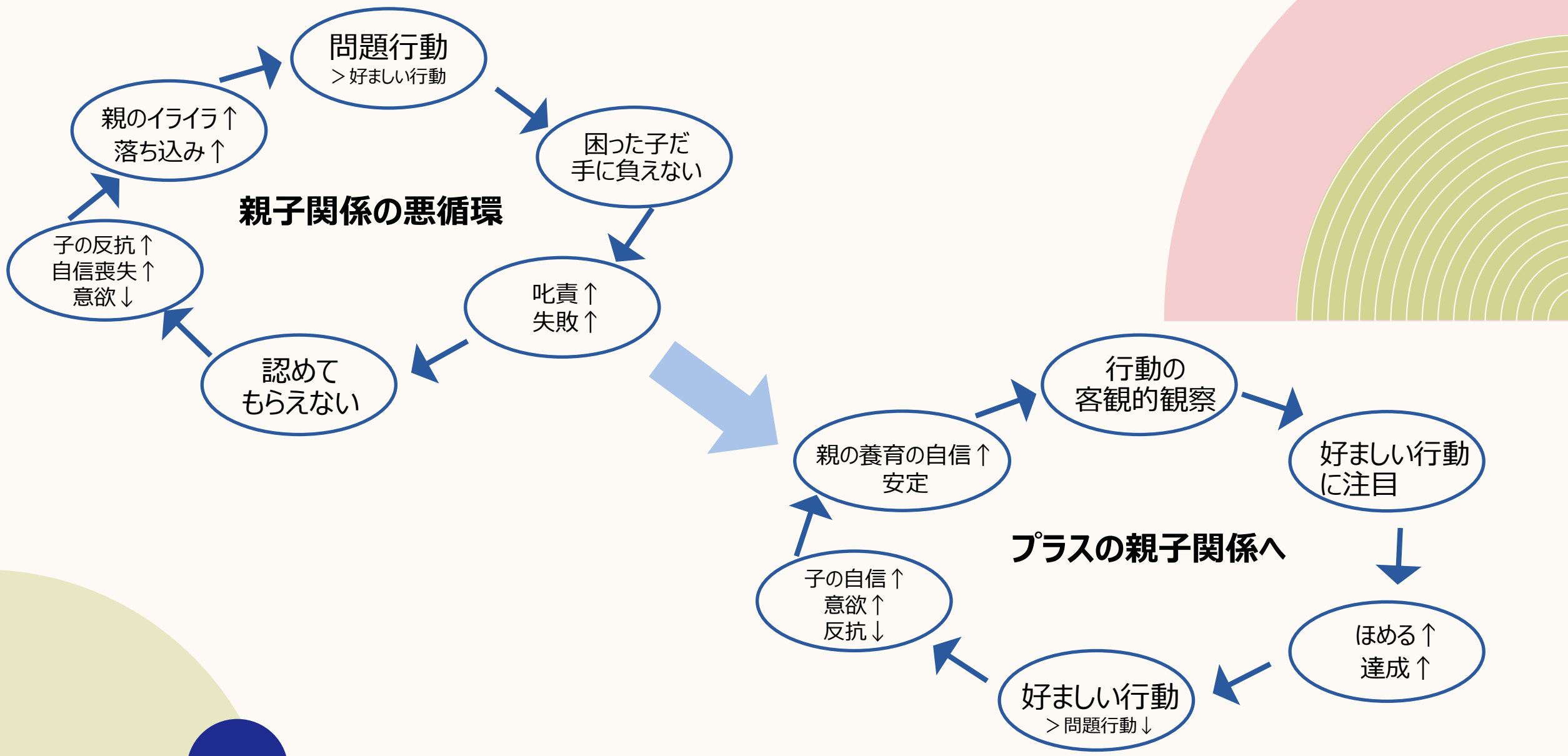
- **否定的な注目**

：（例）注意する、叱る、怒鳴る、お説教する、ため息をつく、眉間にしわを寄せる など

**どちらの注目も子どもの行動を強化する
（増やす）力をもっています**



悪循環の親子関係からプラスの関係へ



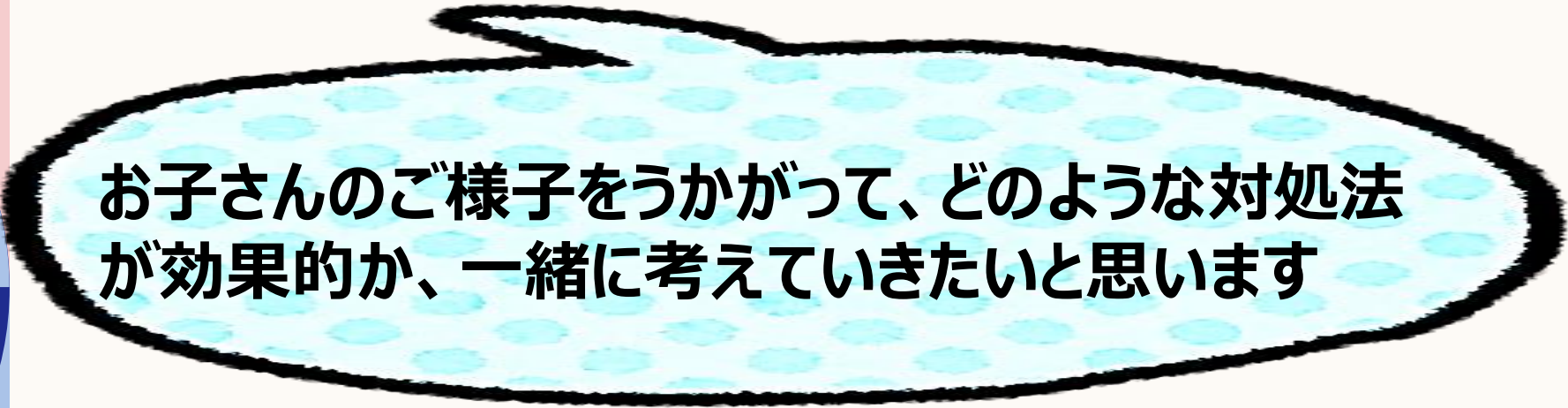
仲間を見つける

- 他の参加者の子どもとの関係を聞くこと、自分のことを話すことは、実はとても意味のあるもの
- 話せる人や仲間を見つけて、子育てを抱え込まないように



第2回のご案内

日 時	内 容	講 師
10月17日（木） 15：00～16：00	子育てお悩み相談室 『子どもの困った行動への対処法』	子どもの発達支援課長 臨床心理士 小林 東



お子さんのご様子をうかがって、どのような対処法
が効果的か、一緒に考えていきたいと思います

ありがとうございました



第1回 ペアレント・サポート・プログラムは以上で終了します。

お手数ですが、アンケートへのご協力をお願いいたします。