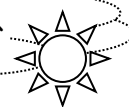


第4回 好ましくない行動を減らす <上手な「無視」の仕方>

1. 前回の復習 & 宿題

- どのような「行動」を、どのようにほめてみましたか？

目に見えるもの、聞こえるもの、
数えられるもの、「～する」



2. 好ましくない行動を減らすために...

戦略的に無視しましょう！

- 「無視」＝否定的な注目を取り去って、好ましくない行動をやめる or 好ましい行動が始まるのを「待つ」、見て見ぬふりをする、見逃す、聞き流す、スルーする、反応しないで「待つ」...
- 子どもの「存在そのもの」を無視するのではなく、子どもの「行動」を無視します
- 好ましくない行動を止め、好ましい行動が出てきたら、すかさずほめましょう！
 - ☆ 「無視」の後に「ほめる」が続くことこそが「無視」の大きな鍵です
 - ☆ 「無視する」ことによって ⇒ してほしくない行動を減らし、
「具体的にほめる」ことで ⇒ 代わりにどんな行動を望んでいるかを示す

好ましくない行動 ⇒ **無視(待つ)** ⇒ 好ましい行動 ⇒ **ほめる**

注意

無視すると、子どもは自分に注意を向けさせようと一時的にその行動をエスカレートさせるかも。徹底しない無視はかえってその行動を増やすことになってしまいます！

3. 「無視」のコツ

- ① タイミング : してほしくない行動が始まったら、すぐに無視する
- ② 視線・からだ : 子どもと視線を合わせない。身体の向きを変える
子どもの行動に注目していないこと、興味がないことを表面上は示す
- ③ メッセージ : 普通で無関心な表情と態度
(表情・態度・ことば・感情) 決して眉間にしわを寄せたり、怒っているそぶりは見せない
何も言わない
表面上は全く何の感情も示さない
何か他のことをして、感情をコントロールしましょう
(例) 黒板を消す、時計の秒針を見つめる、植物の手入れをするそぶりをする、...
- ④ ほめる準備をする : 無視をしながら、子どもがしてほしくない行動をやめ、してほしい行動を始めるのを素知らぬ顔でじっと観察しながら待ちます！

4. 宿題 子どものよいところをキャッチする