

# はばたきインクル支援だより



深谷はばたき特別支援学校 令和元年7月1日 No.11



前回からティーチャーズ・トレーニングの学習を始めました。この考え方の特徴は「よい行動をほめて増やす」というところにあると考えられます。前回「行動を3つに分ける」というところまで学びました。今回は、好ましい行動のほめ方を具体的に考えてみましょう。

前回同様、参考図書として『保育士・教師のためのティーチャーズ・トレーニング』『発達障害のペアレント・トレーニング』(どちらも中央法規発行)を使っています。

## 特集 ティーチャーズ・トレーニングを学ぶ②

### 1. 「好ましい行動」をほめる。

好ましい行動とはどういうものでしょうか? 「ほめられるようなことなんか…」と感じてしまうことがあるかもしれません。特別に何かができただけからほめるのではなく、「それって当たり前のことでしょ?」と言うようなことでも、自分からできたり、今日もきちんとできている時にはほめる行動になります。行動の一例です。

- ・ 挨拶ができる
- ・ お礼が言える
- ・ 友だちに〇〇を貸す
- ・ 呼ばれたら返事をする
- ・ 「できました」と報告する
- ・ 「わかりません」が言える
- ・ 頼まれたことを、文句を言わずにできる
- ・ 自分から支度をする
- ・ 給食の片づけをする
- ・ やっていいか先生に聞くことができる
- ・ ノートに丁寧に書くことができる
- ・ 先生に言われたことができる
- ・ 授業が始まる時に席に座っていられる
- ・ お手伝いができる
- ・ 廊下を静かに歩く
- ・ ちょうどよい声の大きさと話ができる
- ・ 道具の扱いが丁寧である
- ・ 休み時間に友だちと遊べる

### 2. ほめる時に大切なこと

- ① 行動に移せたらすぐにほめます。全部できなくても「お、鉛筆を出したね」「パンの袋を捨ててくれるのね」などです。タイミングよくほめると、好ましい行動が長続きします。
- ② 子どもに注意を向けてほめます。名前を呼ぶ、子どもの方に近づく、子どもの目を見てほめると、ほめている気持ちが伝わりやすくなります。
- ③ 具体的な行動をほめます。「えらいね」「すごいね」はわかりにくいです。「自分からランドセルを片付けたね」「授業の用意ができたね」など、好ましい行動をほめます。
- ④ 行動をほめます。「いつもやってくれるといいのにね」などはほめていることになりません。「ほら、先生が言ったとおりでしょ?」も子どもをほめているのか、先生が自画自賛しているのかわかりません。簡潔に子どもの行動をほめます。
- ⑤ その行動が嬉しいという気持ちを伝えます。表情はおだやかに、明るい声でほめます。
- ⑥ ほめられていることに慣れていない子どもは最初は反発を見せます。「きもっ(気持ち悪い)」「うるせえ」など言い返すことがあるかもしれませんが、怒ったりせず、ほめます。

### 3. ほめたことを振り返る

ほめたことを振り返ります。次のようなシートに簡単に記録をしておくと、どのようにほめたら子どもの反応はどうだったのかが蓄積され、より効果的なほめ方ができるようになります。

日付	好ましい行動	どうやってほめたか	子どもの反応	感想
○/△	友だちに借りたものを返した。	使い終わったらすぐに返すことができたね。	「ありがとう」と友だちに言った。	効果バッチリ！
○/□	帰りの会の時にロッカーへランドセルを取りに行こうとしていた。	自分から帰りの支度ができるんだね。	「そんなのやらないよ」と教室から飛び出す。	ロッカーへ行ったのではない？ ほめるタイミングが早すぎてかえって指示的になった？

### 4. 事例から考える

#### ケース1

Aさんはほめると明らかに嫌そうな表情を浮かべます。一度じっくりと話し合いました。「頑張っているようになる。先生はほめてくれる。でもその後いつもこう言うんだ。『次も頑張ってるね』って。すごく頑張ったのに、これ以上さらに頑張らなくちゃいけないの？」とAさんは言いました。ほめた先のことがプレッシャーになっていたようでした。できるようになると期待の声をかけてしまいますが、それが子どもを追い詰めてしまうこともあるようです。「できなくても頑張ったんだよね。ちゃんと見ていたよ」という声かけもすると、とても安心して取り組めるようになりました。

#### ケース2

Bさんはほめると反発するような一言をいいます。「上手にできたね」とほめると、「ウソだもん。〇〇ちゃんの方がずっとうまいもん」と言います。「Bさんと〇〇さんは違う人だよ。Bさんは\*年生の時よりもずっと上手にできるようになったよ」と他の人と比べるのではなく、以前の自分と比べるように焦点化しました。ほめられると恥ずかしそうにならずくことが増えてきました。

#### ケース3

Cさんはほめると「バカにしているの？」「できてあたりまえじゃん？」と言います。ほめている行動と本人の達成感とはズレていたようです。Cさんの様子をよく観察して、これは本当に頑張ったとか、誰も気付いていないけれどやってくれたという時にほめると、「えー、先生、見ていたの？」と喜んでくれました。

#### ケース4

Dさんは自閉症スペクトラム障害のあるお子さんです。ほめられても自分のこととは気付かないようです。特性に配慮し、行動が見られた時にすぐに「Dちゃん、今の〇〇、すごくよかったね！」と、名前+行動をほめました。また大好きな遊びの『鍋鍋底抜け』のように手を取ってほめると、その行動をもっとやってくれるようになりました。

次回は、「好ましくない行動」をどうするかについて考えていきます。

もう一度最初からティーチャーズ・トレーニングを学びたい人は、深谷はばたき特別支援学校のホームページのメニュー「インクル支援だより」からバックナンバーをご覧ください。

