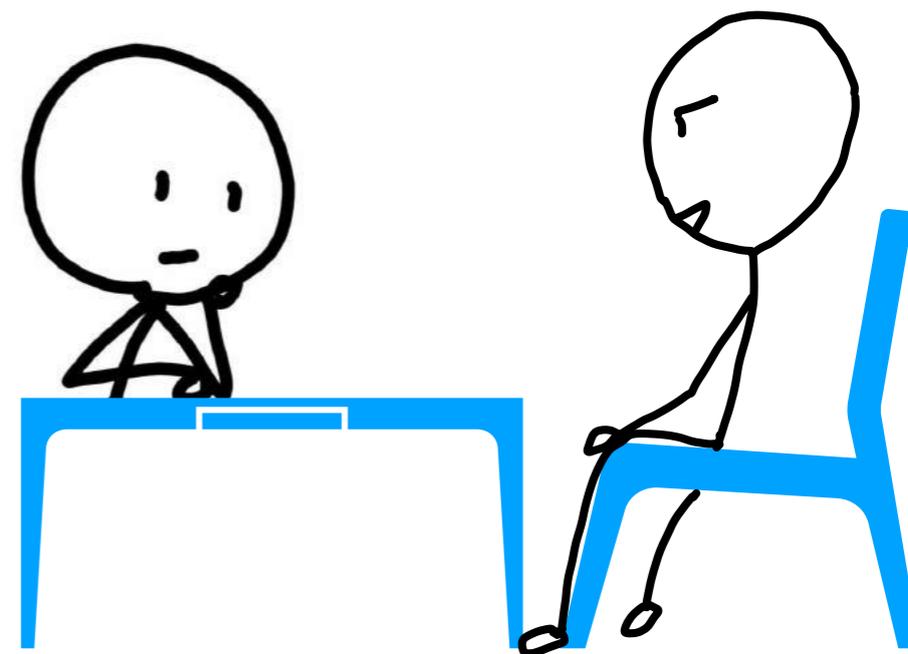


ソリューショントークをベースとした
教育相談
～保護者とともに～

島根県スクールカウンセラー
玉 木 敦

スクールカウンセラーって何 する人？



ソリューショントーク と 解決志向（マインド）

Q：保護者からいつものように難しい要望が電話で寄せられました。

(A) 「うわー、大変だねえ。確かにあの人は困った人だよね～」

(B) 「うわー、大変だったねえ。確かにあの人には困ったところもあるよね～」

Q:いつも宿題をしてこない子が
「先生、宿題を忘れました。」

A:()

原因

問題

解決



原因

問題

解決

学校に行きたくない原因は？

お休みすることで、どんな解決があるの
だろう



ペアレントトレーニングとは？

ペアレントトレーニングとは、保護者の方々が子どもとのより良いかかわり方を学びながら、日常の子育ての困りごとを解消し、**子どもの発達促進や行動改善を目的とした保護者向けのプログラム**です。

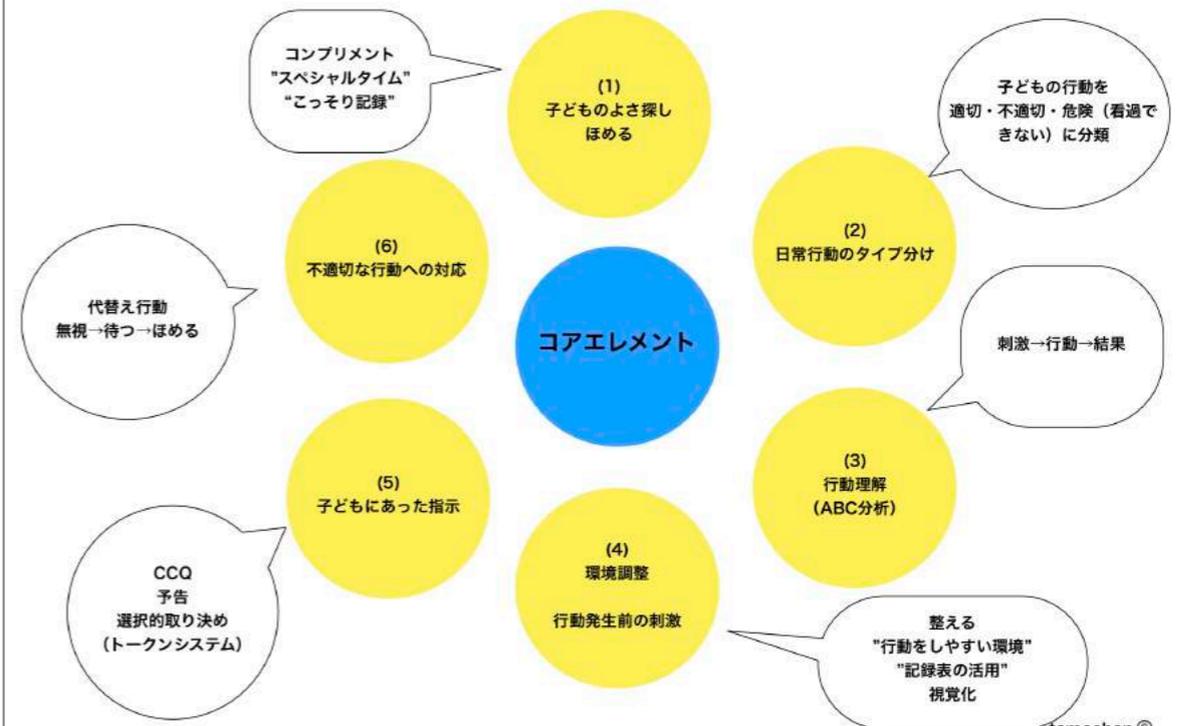
元々、知的障害や自閉症などの子どもをもつご家族を対象に、1960年台にアメリカで開発されました。

コアエレメント・・・プログラムの核となる要素で、ペアトレ共通の要素です。



tamachan ©

コアエレメント・・・プログラムの核となる要素で、ペアトレ共通の要素です。



tamachan ©

ペアレントトレーニングの目的

「親子の穏やかな時間が増えること」



「親がしてほしい行動」を強要しない

できそうな日にやってみる(余裕がある時に)

「今できていること」をほめると、子どもは頑張れる

信頼感

ペアレントトレーニングとして行っている主な内容

望ましい行動の発見

にこにこ日記

スペシャルタイム

こっそり記録

不適切な行動への対処 (分類・ABC)

CCQテクニック

予告 選択 ○○したら～できる

行動計画表 (環境調整)

無視とコンプリメント

ご褒美とペナルティー

01 当たり前に出ていることを見つけよう

呼ぶとやってくる/食事の片付けをする/時間の約束を守る/着替えを自分でする
etc... → 「その時どんな声かけをしていますか？」 「励ましていますか？」

当たり前に出ていること

かけている言葉

当たり前に出ていること

かけている言葉

当たり前に出ていること

かけている言葉

当たり前に出ていること

かけている言葉

tamachan ©

2回目面接

小さな変化が

- ・ 読書時間が長くなっている。
- ・ 親子の会話が多くなった。
(寝るときに母と話す時間も)
- ・ 「ひまだ」の連発
- ・ 休みの日に同級生が遊びに来てくれた
→ ありがたい。本人も嬉しそう。
- ・ 校長先生からの電話
- ・ 散歩 ← 「ストレス発散」

にこにこ日記 発動

3回目面接

「先生、このところ状態が悪いです」

- 図書館に本を借りに行っても車から降りる事ができない。
- 学校での眼科検診 車から降りることはできたが大泣き。
- 今までなかった「母親のそばで休みたがる」
- 今まで行っていた外出（買い物など）ができなくなった。
- 校長先生からの電話
- 散歩 ← 「ストレス発散」

外在化 発動
ABC分析

外在化技法

受容

人

指導

行動

03 子どもの行動にどんなわけがある？ (ABC分析)

子どもの行動を見て「あれ？」、「どうして？」と思ったら、次の3点に注目してみましょう。以下のような今まで気づかなかった事に気がつくかもしれません。

- ① 行動が起こる場面の予測ができる。
- ② 今、どんな対応をしているかがわかる。
- ③ 望ましい行動を増やす手がかりになる。



【例】

A かいものに連れて行く → B 売り場で泣き叫ぶ → C 欲しいものを買い与える

A 行動前のきっかけ	B 行動	C 行動後の結果

tamachan ©

4回目面接

「本人の安心感・安定感が高まっているように感じます」
「涙が出るものが少なくなりました」

- 「外に出よう」を親子で決める。
- 個人懇談 → 養護教諭との遊び
- 「給食を食べに行ってみようかな」
- 同級生と遊びの約束
- 放課後 校長先生との面談

行動記録表

04 具体的な行動を促す工夫を

順番が見てわかる工夫、上手くできたら褒美も
予定表を見てわかるように

朝のしたく	月	火	水	木	金
					
					
					

tamachan ©

朝や夜の時間帯を選び、子どもにしてほしい行動を順番に6つ書き出し、2週間かけて子どもに内緒で記録します。

○ …自分からできた
(○) …声をかけたり、一緒にやるとできた
空欄 …できなかった

子どもにしてほしい行動	月	火	水	木	金
1 自分で食卓につく	○	○	○		○
2 7時半までに朝食を終える		(○)		○	(○)
3 歯を磨く	○	○	(○)	(○)	○
...					

※実際には6項目記入します

選んだ時間帯【 】

子どもにしてほしい行動	月	火	水	木	金
1 読書				○	○
2 運動		○	○	○	○
3 昼食後の食器の片付け		○	○	○	○
4					

生活リズムOK

5回目面接

「3学期になって学校へ行くタイミングを伺っているようです」

- ・ 「給食を食べに行ってみようかな」（親の反応「ふーん」）
- ・ 毎日の朝の決め事で、起きる時間、制服への着替えをするように
- ・ 宿題、運動への取り組み

→ 給食登校、図書館登校、放課後登校

まとめ

- ・ 小さな変化が大きな変化を創る
- ・ 解決は未来で待っている

未来時間を構築するお手伝いをするだけ、解決志向マインドを育てよう

