昭和21年7月10日第3種郵便物認可

パパママひろば

ママさん記者体験記⑤

前もって教え、練習を

学齢期版連続講座

親が育児スキルを学ぶ講座「コモンセンス・ペアレンティング」の学齢期版5回目は「新しい状況」や「以前難しかった状況」といった子どもが将来出合う場面について、どのように行動すればいいかを前もって教え、練習する「予防的教育法」を学んだ。「以前難しかった状況」の実践練習では、どの家庭でもよくある事例がたくさん出題され、お母さんたちは互いにどんなふうに対処するか、真剣に聞き入っていた。（中沢みどり）

予防的教育法のステップは三つ。まず①「子どもにしてほしい行動」を明確に話す②そうすることでどんな良いことにつながるのか、子ども目線での前向きな理由を話す③練習する―だ。

「子どもが店でお菓子が欲しいと言って『だめだよ』と言われた時、よく駄々をこねます。レジで『だめ』を受け入れる練習をしましょう」。指導者の松本千賀子さん（Ｃｏｍ子育て環境デザインルーム代表）が、パワーポイントに例題を映した。途端に、お母さんたちから「あー、よくあるわ」と声が上がる。

この日も、参加者は4班に分かれて実践。私の班では、私がこの例題を担当することになった。

「だめを受け入れるってどうすればよかったかな…」。最初からつまずく。ファシリテーター（進行役）のスタッフに「『うん、分かった』のことよ」とヒントをもらって、ようやく考えがまとまった。私が親役、スタッフが子ども役になり、問題行動があった翌日という設定で始めた。

「○○ちゃん、今ちょっといい？」と声を掛ける。「昨日、レジの前でお菓子を買ってと駄々こねたよね。お母さんがだめといった時は『うん、分かった』と答えてほしいの」と、してほしい行動を伝える。その上で「そうしてくれたら、次に買い物に行った時、お菓子を買ってあげようと思うなあ」と、子どもにとって前向きな理由を話す。

「じゃあ、今から練習してみようか」と促し、子ども役のスタッフが同様の場面の練習で「うん、分かった」と言うと「すごい！ちゃんと『うん、分かった』って言えたね」と笑顔で褒めた。

「大人でも子どもでも、人から話を聞いたり、見たりするだけでは半分ほどしか身に付かない。皆さんがこの講座で実践を繰り返すのと同じように、子どもたちも練習を重ねることで、問題行動が改善されるようになります」と松本さん。家でも、子どもたちに「ちょっとやってみようか」と促してみよう。

子ども役を演じるスタッフ（手前左）と、1対1で育児スキルを実践練習する受講者＝田辺市高雄1丁目の市民総合センターで