

ことばがけの

順番

を変えるだけでうまくいく！！

「学童期のことばがけ」 3つのポイント

ことばがけコンサルタント

保育士
精神保健福祉士

岸本 元気



佐賀県の里親のみなさんへ。「親と子のメンタルヘルス研究所」岸本元気です。

日々の生活の中で「学童期」のこどもたちが、「感情的になる場面」はよく見られます。「全く言うことを聞いてくれない」「無視される」「感情的になって手がつけられない」そんなとき、「自分の育て方が間違っているのだろうか」「なぜうまくいかないのだろうか」と悩んだり、落ち込んでしまうこともきっとあるのではないのでしょうか？
でも安心してください。それは「ことばがけ」を少し変えるだけで必ずうまくいきます。



「こどもの行動」がみるみる変わる！『ことばがけ4つのポイント』をお話したいと思います。

【目次】

前半動画

- (お話1) 話を聞くか聞かないかは、実は「脳」が判断している。
- (お話2) 『こころの仕組み』がわかると「ことばがけ」は変わる。

後半動画

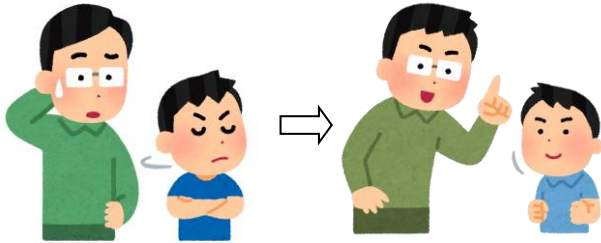
- (お話3) こどもの「能力」がみるみる伸びる『ことばがけ公式』
- (お話4) こどもが『不安』を乗り越えるために一番大切なもの。

お話 1

話を聞くか聞かないかは、実は「脳」が判断している。

(関係がうまくいかない時の対応)

相手の話の「最初」と「最後」の印象が、一番「記憶」に残るのです。



「関係がうまくいかなかった時」に使える！

『ことばが入る関係』を作るためのポイント



この人の話の内容を「やろう」と思うか、思わないかは、その内容ではなく、実は、相手の会話の「最初」と「最後」の印象だけで決めているのです。



この人の話だったら・・・

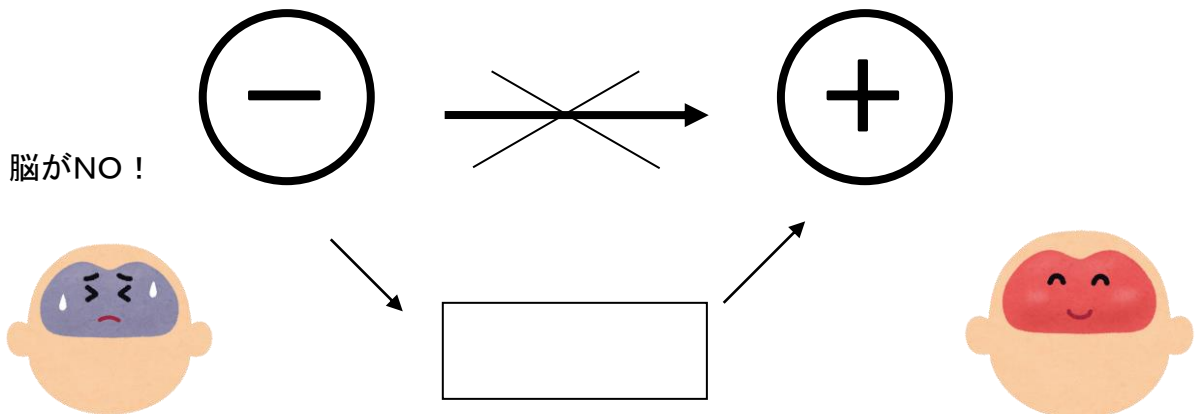
ついでにもう一つお話を。

「嫌いなもの」が「好きなもの」に『変わること』は絶対にありません。

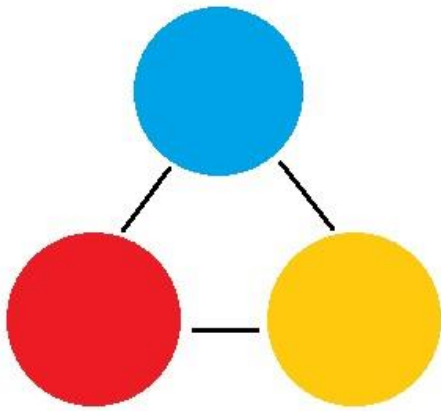
「嫌いなもの」「イヤなもの」を、「好き」になることは 絶対にありません。

もちろん、「嫌いな人」を「好きになること」も同じです。それは「脳」のメカニズムなのです。

嫌いが好きになる方法ってないの？



(感情的になっている時の対応)



学童期に、よく見られる「突然の感情爆発」。
これは、「学童期」だけでなく、「思春期」まで続きます。



この強い感情爆発こそ、「衝動性」です。

最初に、「こころの仕組み」についてお話したいと思います。
こころを絵に書くと、ズバリ、左のような形になります。これが心です。

「衝動性を押さえるコツ」。それが です。



この回数が多ければ多いほど、このスピードは遅くなります。

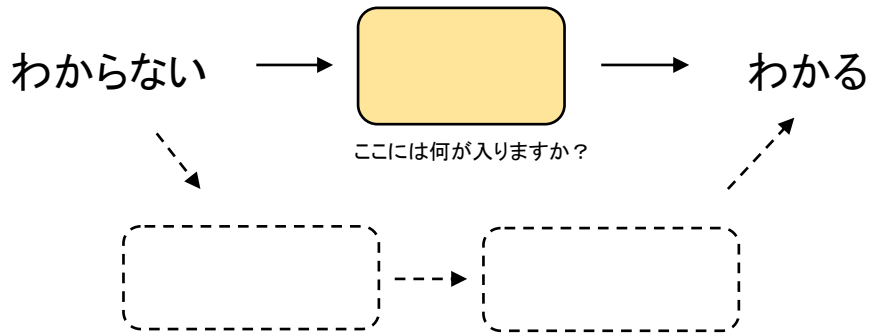
ことばがけのポイント

- ① 「こころを育てる」とは、自分の と を 意識させる ことです。
- ② 「こころ」が一番嫌がることは、 と を 否定されること です。
- ③ 「感情的になった子」への対応のポイントは、 前に ことです。



前半のお話はココまで

(脳に「ことば」が入る公式)



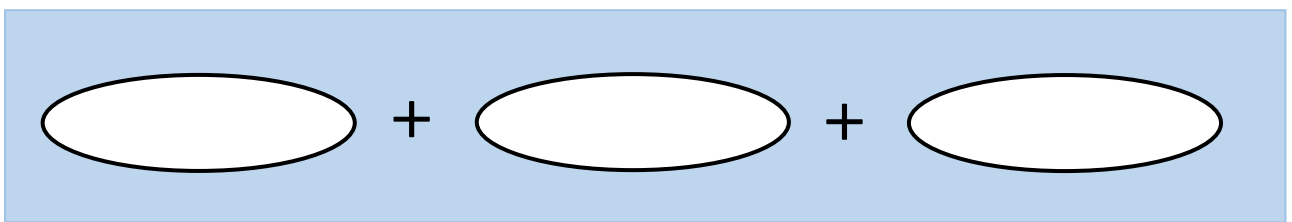
働きかけのポイント

- ① どうやったら、 だろうか、と考えることが「ポイント」です。
- ② そして と「できる」「わかる」ようになります。
- ③ すぐに結果を求めるのではなく、 ができているかに注目します。



セラピー場面で使う『ことばがけ』

先生のことばが入る状態にするには? をしている時に



をセットで、伝えることです。

ことばがけ公式のポイント

- ① 最後の の「ことば」が、「脳のフタ」を開くスイッチになるのです。
- ② 「好きなこと」「楽しいこと」をやっている時に で使うことが大事。
- ③ 脳が「快」の時にかけた「ことば」は、困りごと場面での になります。



お話 4

こどもが『不安』を乗り越えるために一番大切なもの。

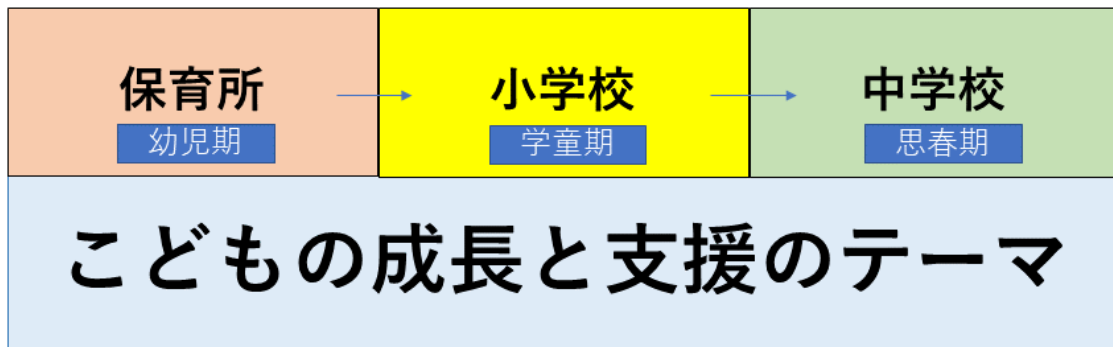
(不安を抱えたこどもへの対応)

「不安」を抱えたこどもを支援するために、どうしたらいいでしょうか？よくご相談を頂きます。
「不安」というのは、実は一つのものではなく、「3つのもの」から出来た「流れ」なのです。

今、その「流れ」のどの部分にいるのかによって、「ことばがけ」は全く異なります。



大人であっても、こどもであっても『不安の流れ』は変わりません。



こども支援のポイント

- ① 「こども支援」というのは、連続性です。それぞれの があるのです。
- ② 成長の流れの中で、必ず と を体験します。
- ③ だからこそ、里親のみなさんの という場所がこどもには大切なのです。



本日は最後までご視聴頂き本当にありがとうございました。

佐賀県の里親のみなさんの、こどもたちへの温かい見守りを応援しています。

いつかまたお会いできる日を楽しみにしています。それまでこころも身体もお元気で！！

お困りごとやご相談がございましたら、こちらまで genki@kotobagake.com



岸本 元気 Genki Kishimoto

1967年3月生まれ（55歳）

保育ソーシャルワーカー（保育士・精神保健福祉士）

ことばがけコンサルタント

親と子のメンタルヘルス研究所所長 ・合同会社ソーシャルプラン代表



メンタル不調の保護者に特化した「認知行動療法」を行う専門職

メンタル不調（うつ病、パニック障害など）を持つ保護者の子育て支援に特化し、『メンタル不調時の子育て支援の専門家』として、九州だけでなく全国からの問合せも多く、常に50名以上のサポートを行なっている。また発達面で気になる点を持つ子どもたちの生活サポートも実施。生活場面で使える「子ども向けの認知行動療法」をわかりやすく保護者に伝え、子どもと保護者に寄り添う支援を行っている。保育者研修では、「言葉がけ」や「保育ソーシャルワーク」「学童保育研修」「気になる子の対応」などをテーマに全国で研修、講演活動を行なっている。リピート依頼が圧倒的に多く、年間研修120本の90%以上がリピートで、1年以上前からの事前予約も多い。

これまで、児童養護施設指導員、保育士、学童保育指導員、精神科ソーシャルワーカー、スクールソーシャルワーカー・スーパーバイザーなど保育士としての活動だけでなく、医療現場、学校現場、企業内など幅広い分野で「メンタルヘルスの専門家」としての活動経験を持つ。

◎ 著書・連載

・チャイルド社「月間保育プラン」にて

『元気さんの親と子のこころをつなぐ 24の方法』連載（2003年）

・明治図書出版 若手保育者の指導力アップ1

『子どもがすくすく成長する 0・1・2歳児の魔法の言葉がけ』（明治図書出版）

・ベネッセ ひよこクラブ 2010年4月号

『やさしい心が育つにこにこ遊び始めよっつ』読み聞かせ・遊び指導

・ゆめのはこ 2011年6月号(25号)

『こんなとき、どうする？ママの話し方・聞き方、コミュニケーション術』

・明治図書出版

『子どものこころをグッとつかむ魔法のお話』（明治図書出版）

・風鳴舎

『保育士・幼稚園教諭のための保護者支援』 永野典詞・岸本元気

