

前向き 青カード



思わず出る 赤カード

<p>代わりの行動</p> <ul style="list-style-type: none"> ・～してね 	<p>ほめる</p> <ul style="list-style-type: none"> ・問題行動の反対の行動、普通のことをほめる ・普通のことはずでに起きている
<p>一緒にやってみる</p> <ul style="list-style-type: none"> ・じゃあ、一緒にやってみよう → 一緒に練習 → 一緒に本番 	<p>待つ</p> <ul style="list-style-type: none"> ・親 フれない、ほめられる可能性 ・子 切り替えの時間
<p>気持ちに理解を示す</p> <ul style="list-style-type: none"> ・共感 ～なんだよね、わかるよ ・復唱(オウム返し) ～なんだね 	<p>落ち着く</p> <ul style="list-style-type: none"> ・深呼吸(親も子も) ・離れる、他のことを考える
<p>環境</p> <ul style="list-style-type: none"> ・距離 ・目線 ・刺激 	<p>聞く、考えさせる</p> <ul style="list-style-type: none"> ・何があったの？ ・次からはどうすればいい？ <p>※フラットか前向きな方向で話します 無理そうならいったん避けましょう</p>

<p>あいまい</p> <ul style="list-style-type: none"> ・よく見てよ ・ちゃんとやって ・もっと考えてやって 	<p>長い説明</p> <ul style="list-style-type: none"> ・理由や状況の説明に力が入る ・子どもの集中力が切れる ・何をすればよいかかぼやける
<p>否定形(禁止)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・～しないで ・～したらダメ 	<p>いやみ</p> <ul style="list-style-type: none"> ・いつもこうだといいのにお ・それでいいと思ってるんだ ・よくそんなことできるね
<p>おどす</p> <ul style="list-style-type: none"> ・置いて帰るよ ・もう～はさせないよ ・～に叱ってもらうよ 	<p>罰</p> <ul style="list-style-type: none"> ・一週間おやつ抜き ・明日の遊園地は無し
<p>質問風の攻撃</p> <ul style="list-style-type: none"> ・なんでお茶をこぼすの？ ・悪いことだってわからないの？ ・何回言ったらわかるの？ 	<p>怒鳴る</p> <ul style="list-style-type: none"> ・いつものアシです 疲れますよね…