



2025「ペアレント・プログラム」 in 小郡幼稚園 9月26日

～第2回 行動で書く！～ より

わかりやすい「行動」で書こう！

現状把握表の「行動」の書き方について、「～しない」は行動ではないので「～する」の表現に替えたり、二つの行為がひとつの文章に入っていないかを見直したりしました。

洗い物をさぼらない	⇒ その日のうちに洗い物をする。
早寝・早起きをする	⇒ 9時には布団に入る。6時には自分で起きる。

なぜ
行動で書くの？



行動で書こうとすると、より詳しく様子を見ることができ、いろいろな発見につながります。性格は変えられなくても、行動は変えられるのです。



「いいところ」探しをしよう！

- 100%できていなくてもOK！
- 6割～7割できていることは「いいところ」としていきました。
- 完璧を目指すと、自分も子どもも追い詰めてしまいます。

自分も子どもも、現状把握表の「努力しているところ」の項目から

「いいところ」に昇格させるものがたくさん見つかりました !(^)!

寝る前に子どもに絵本
を読んでいます(^)♪



自分がリフレッシュできる
時間を作っています(^)♪

着替えを自分で頑張
っています ☺



おもちゃの片づけを
しています ☺

NGワードは…
出来て当たり前！

第2回を終えて

現状把握表の中の項目で、自分が6割～7割できていることを「いいところ」に昇格させていくと、どの参加者も「いいところ」がたくさん増えました。同じように子どもに対してのハードルも下げることができました。このことが、今後、自分や子どもの捉え方やかわり方に良い影響を与えていくであろうと考えられます。

