



# 2025「ペアレント・プログラム」 in 小郡幼稚園

10月31日

## ～第4回 ギリギリセーフをみつける！～ より

### ギリギリセーフ行動とは？

知らず知らずのうちにバランスをとっている「対処行動」のことです。

#### 大人編の例

お菓子を食べすぎる ⇒ 「今日はカロリー半分のものにしよう！」 = ギリギリセーフ行動

イライラして周りにあたる ⇒ 「今日は夕食を作らず外食にしよう！」 = ギリギリセーフ行動

### 子どものギリギリセーフ行動

子どもは自分でバランスをとるといことはなかなか難しいです。

★たまたまできた！

★手伝ってもらってできた！

★一歩、二歩手前までできた！など「ここまではできている」がギリギリセーフ行動です。

ほめるポイント！！  
取り組みのスタート  
です。

### 参加者が見つけた子どものギリギリセーフ行動！

遊びの途中でトイレに誘うと怒る⇒「よーいどん！」等声掛けすると行くことができる

朝起きてトイレに行かない ⇒ 休みの日は行く

やりたいことをやっている時、次の行動に移れない

⇒ 時計を置いて「〇〇になったらしよう」と言うことができる

## ＊ 第4回を終えて



ペアワークにも慣れ、自分のことや子どものことについていろいろな話が弾んでいました。ギリギリセーフ行動を考える中で、困っていることに関しても自分が努力していることが多いことに気付いたり、子どもができている部分を新たに見つけたりすることができました。

また、色々なほめ方を自宅で実践することで、「できていること以外もほめていこうと思うようになりました。」や「〇〇したね」と行動を言葉に出していくことで、子どももその気になって動けるようになってきた様子を話される等、気持ちや行動のすてきな変化が聞かれています。

