

「ほめて育てる」って どういうこと？

総合教育センター 特別支援・相談課

猪子 秀太郎

今回の研修内容は
手元資料を見ないで
画面のアニメーションを
見ながら話を聞いた方が
より深く学ぶことが
できます。

「ほめて育てる」

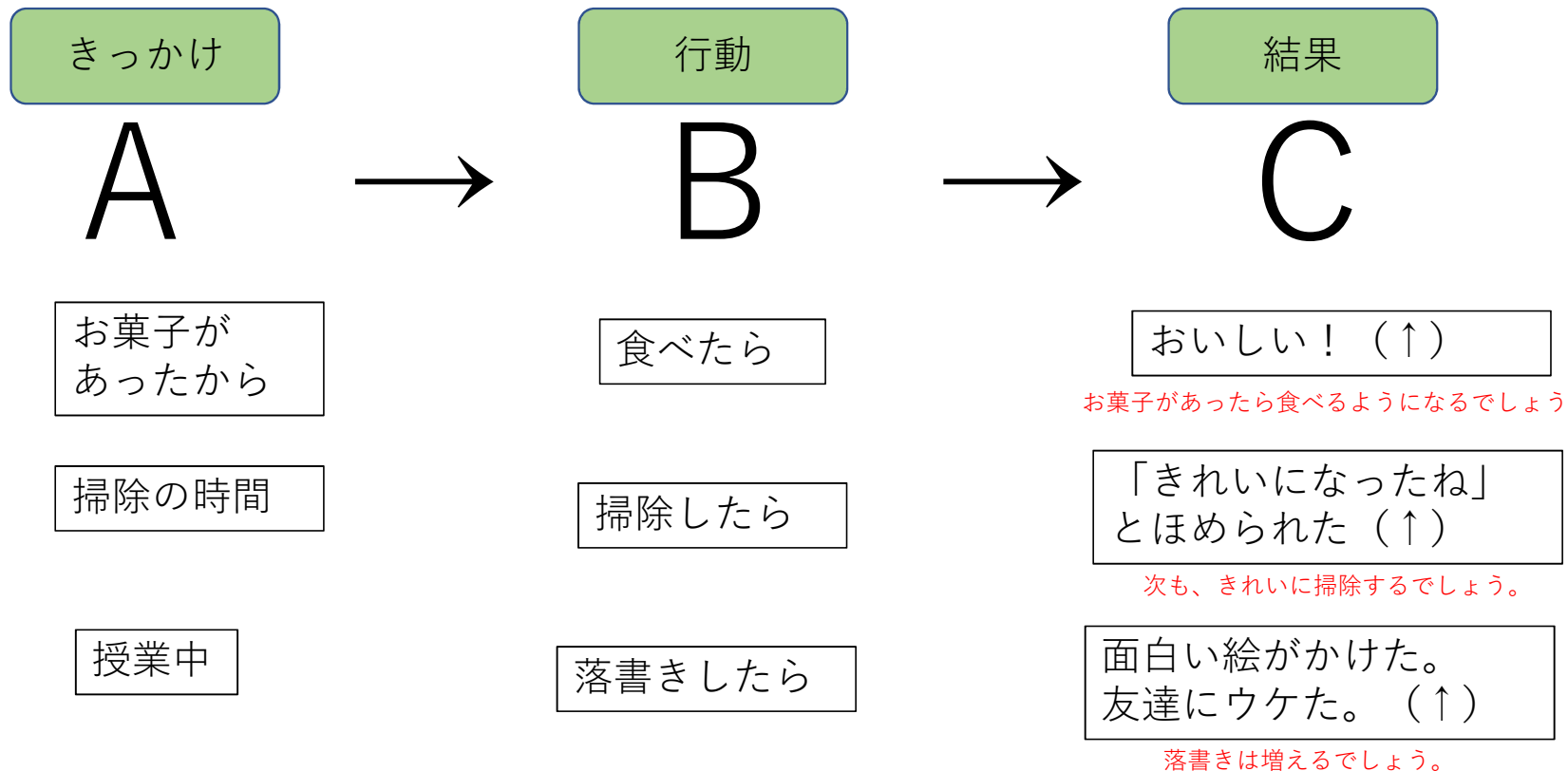
- 「育てる」とは？
 - 適切な行いや考え方などを、身につけさせること。
 - 「適切な行い」とは？
 - 挨拶、良い姿勢、四則演算、漢字の読み書き、道徳などなど
 - 「知る」「理解する」「覚える」も行動。∴理科や社会も適切な行動です。
 - 学校の勉強、家庭のしつけ、職場の研修などで身につける。
- 「ほめる」とは？
 - Web辞書：人の行いをすぐれていると評価して、そのことを言う。
 - しかし、「言うこと」とは限らない。
 - マル、シール、OKサイン…
 - 具体的な例は思い浮かぶが、説明は難しい。

心理学では、ほめることをどう説明するのでしょうか？

行動が増える仕組み

- 「行動」の直後に、本人にとって「何か良いこと」が起こる(C)と
- 将来、その「行動」が増える。

好子出現による強化



この「何か良いこと」のことを専門用語で「好子 (こうし)」といいます。

好子は、悪い行動を増やすこともある。

好子（こうし）とは？ 心理学的な説明

- 行動の直後に出現すると
- 将来、その行動が増える可能性が高まる
- 何か（言葉、もの、出来事など）
= 本人にとって何か良いこと

A → B → C

教員の自主勉強会
ABA研究会でも
「好子の理解」は
最も難しい単元の
一つでした。

- 簡単そうに見えて、実は「好子」の理解は難しい。
 - 悪い行動も増やすということが、わかりにくい。
 - 「好子」と「ほめる」は「=」じゃない。
 - 好子を提示する（≡ほめる）タイミングは難しい。
 - 何が好子（≡ほめること）なのかは、指導してみないとわからない。



次に「ほめることが難しい」理由を、もう少し詳しく説明します。

ほめることが難しい理由

- タイミング良くほめることは難しい。
 - 直後とは、本当に直後。できるだけ数秒 → 発達の初期ほど短い。
 - どの行動をほめるか？ → 習熟度により、子どもごとに違う。
 - ほめる回数も変化する。 → 指導の初期、習熟期。動機付けの程度

準備と練習が必要

- ほめる方法の選択が難しい。

- 幼稚園児 ←→ 高校生
- 興味、関心
- 強化力は十分か？



好子かどうかは
指導してみないと
わからない。

- 目標が高すぎると

- いくらほめても、効果は上がらない。
- そもそも、ほめるタイミングがない。

平均点40点の子が
いきなり100点は
とれない。

好子(≡ほめ方)を探すためのアイデア

• 以下の項目に分けて、子どもの好むものを書き出しましょう。

• 食べ物、飲み物

クッキー、ごはん、ラーメン、お茶、炭酸飲料

• 感覚刺激

音、揺れ、光、ビデオ、音楽

• おもちゃ、遊び道具

PC、ゲーム、本、ブランコ、パズル、お絵かき

• 遊び、したがる活動

紙を破く、だっこ、追いかっこ、トランプ、買い物

• 一緒にいたがる人

母親、〇〇君、△△先生

• 社会的刺激

笑顔、ほめ言葉、注目、関わり、あたまをなでる

• トークン、お金

シール、ポイントカード、スタンプ (※他のものと交換可)

• 暇な時にしていること

体をゆする、うろうろ歩く

• こだわり、問題行動

回る、並べる、スイッチ、特定の話題、エコラリア

学校で使える「ほめ方」のアイデア

え？これが「ほめる」？

- 見る →良い行動は見る。悪い行動は見ない。
- 笑顔 →よりよい行動には笑いかける。
- 「そう」 →最強。子どもから大人まで、簡単に使える。目標、一日100回
- エコー →子どもの言った言葉をそのまま言う。自閉症は特に有効
- マザーリース →赤ちゃんに話す時の抑揚のある話し方。
- 面白い話をする。 →話を聞いてもらいたかったら…
- A「きちんと座れている子は誰かな」

「注目」は強力な好子

- 「注目」は、意外に強力な好子(注目した行動が増える)

事例

ある学級。授業の始まりの時、姿勢の良い子どももいるし、崩れている子もいる。

- どんな指導をしますか？

「○○君、いい姿勢だね。○○さんも、いいね」

「○○君、机から足が出てますよ」

姿勢の良い子の方を見たり、近寄ったりする。

姿勢の悪い子に近寄り、背筋を伸ばすように促す。

...

- つい、悪い方だけに目が行きがち

- すると、自然に悪い行動だけ増えます。

教員は、常に、
子どもの良い行動を見つけ、
注目したり、声かけしたりする
準備をしておく。
すると、子ども同士でも
良い行動をする子に注目し、
好循環が生まれる。

良い学級作りの手法：分化強化

- 「分化」とは、「良い行動と、悪い行動に分ける」こと。

以下を分けてみましょう。

教員の話聞く。となりの子と話をする。教科書を開く。窓の外を見る。黒板を見る。ノートをとる。計算をする。絵を描く。背筋を伸ばす。あくびをする。頬杖をつく。机から脚をはみ出す。挙手する。発表する子の方を見る。すらすら読む。たどたどしく読む。となりの子をつつく。机を持ち上げる。ほうきで掃く。暴言を言う。ふきんで拭く。着席する。離席する。黒板を拭く。

- 「分化強化」 = 「良い行動はほめ、悪い行動は無視」
 - 「その時、良い行動」に注目し、ほめ、それ以外には何もしない。
 - その時々で「良い行動」は変化するので注意
- アメと無視

好子のタダ出し、タダぼめ

- 指導の初期に、よくやる方法
 - 4月頃、夏休み明け、初めての学習内容の時など
- あまり厳密に目標や評価基準を決めず、
- とにかく、ホメまくる。
 - 「そう」、「いいね」、「OK」、注目、笑顔…
- 効果
 - 子どもの肯定的な感情を引き出す。 →好子出現は心地よい。
 - 学級がまとまり、先生が好きになる。かも
 - 本当に「ほめたい行動」が出現し始める。



ほめる頻度について

- 次の2事例を比べてみましょう。

事例1

始業時に良い姿勢ができたなら「素晴らしい」とほめる指導を行った。十分できるようになった後も、毎回ほめ続けた。

事例2

始業時に良い姿勢ができたなら「素晴らしい」とほめる指導を行った。十分できるようになったので、時々ほめるようにした。


- どちらが、良い姿勢が維持されるでしょうか？
- 事例2の方が、良い姿勢が維持される可能性が高い。
 - 間欠的かつランダムに強化されるのが、最も強く定着
- 強化スケジュール研究として、たくさんの知見があります。

人を虜にするもの：スポーツ、ギャンブル、歳末セール、釣り、神回など
共通の原理が働いています。

最後に「叱る」とは？

- 「叱る」のメリット
 - 即効性がある。減らしたい行動が、目の前で減る。
 - 危険な行動の場合、重要
- 「叱る」のデメリット
 - 怒りや恐怖を起こしやすく、学習に有害 → 挑戦しなくなる。
 - 慣れが生じ、どんどん強く叱るようになる。
 - 指導者が依存してしまう場合がある。
 - 不正解はわかるが、正解がわからない。
- 時には「叱る」指導も必要です。しかし、
- 同時に「適切行動をほめて増やす」指導も行いましょう。

「叱る」は
「ほめる」と
抱き合わせで



**俺はこれから
お前たちを
殴る！**

1984年 TBS系列
山下真司 主演
「スクール・ウォーズ」より

おわり