

今していることを止められない  
(相手の都合に合わせた) 変更に対応できない

## 「折り合いをつける」ことの難しさ

**逆効果**

かえって  
固執する  
ことも

- 感情的な叱責
- 無理に取り上げるようとする
- 「〇〇ばかりしているとダメになる」などの否定・非難
- 「じゃあ〇〇できないけどいいね」などの脅し
- ルールを守らなかったときに、ペナルティ（罰）を課す

# 「折り合いをつける」経験が 喜びにつながるように

## ①切り替え言葉をつかえるようにする

「仕方ない」「まあいいか」「次にしよう」「明日がある」

## ②一定範囲でこだわりを認める（段階的に進める）

## ③本人の気持ちを取り入れながら実現可能なルールにする

決めたことを守れていない状況を放置しない

## ④我慢しよう、切り替えようという気持ちを後押しし、 自信につなげる

「できたらほめる」よりも「しようとする気持ちを応援する」

## ⑤相手の気持ちを双方で受け入れ、

「ありがとう」「うれしいよ」と喜び合う