-すららカップ-

『ほめビリティアワード』について

COPYRIGHT © SuRaLa Net Co.,Ltd. ALL RIGHTS RESERVED.

ほめビリティアワード



第23回

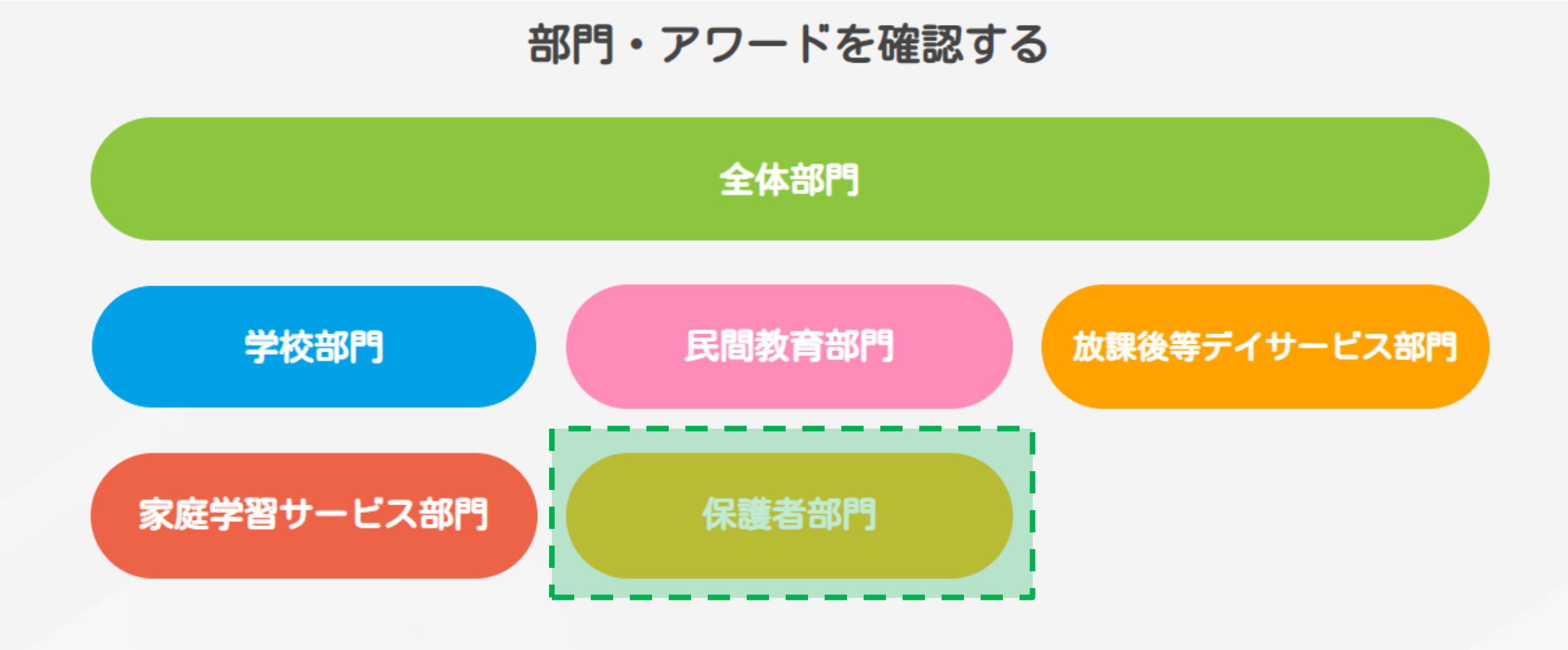
すらら CUP

2026年12月1日(火)~2027年1月19日(火)

親子でのご参加をお待ちしております！

COPYRIGHT © SuRaLa Net Co.,Ltd. ALL RIGHTS RESERVED.

第23回 すららカップに参加しよう！



COPYRIGHT © SuRaLa Net Co.,Ltd. ALL RIGHTS RESERVED.

ほめビリティアワードとは？

保護者部門「ほめビリティアワード」は

「すららカップ期間中のお子さまの努力を応援する」

保護者の方へのアワードです。

COPYRIGHT © SuRaLa Net Co.,Ltd. ALL RIGHTS RESERVED.

ほめビリティアワードとは？

勉強のやる気を引き出すためには

行動分析学「ABC分析」に当てはめると・・



「勉強したら良いことがあることの連続」が
やる気を作り、学習習慣に繋がる

COPYRIGHT © SuRaLa Net Co.,Ltd. ALL RIGHTS RESERVED.

勉強したらどんな良いことがある？

勉強したら・・

- 晩御飯が好きな食べものになる
- 勉強したらゲーム時間がちょっと伸びる
- 勉強したらお小遣いをあける
- 勉強したら欲しかった〇〇を買ってあげる
- 勉強したら週末、遊園地に連れていく

色々あるけど、お金をかけずにすぐにできること

褒める

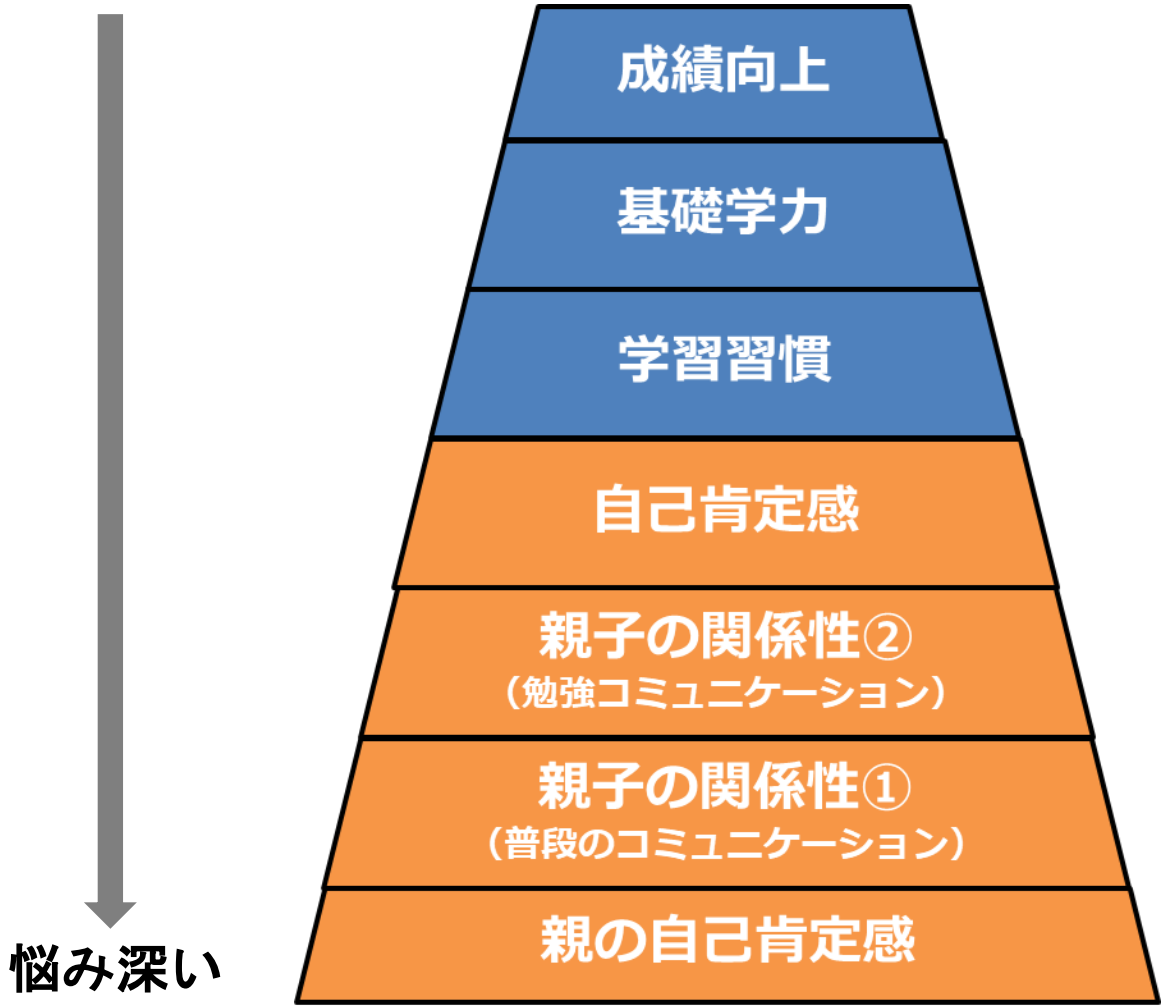
COPYRIGHT © SuRaLa Net Co.,Ltd. ALL RIGHTS RESERVED.

子どもが変わった
私も変われた



ほめビリティ

すららネットがほめビリティ・ペアレンティングに取り組むワケ



無学年式オンライン教材
すらら

褒めるチカラを養う
ほめビリティ
ペアレンティング

親子のお悩みを包括的にサポート

COPYRIGHT © SuRaLa Net Co.,Ltd. ALL RIGHTS RESERVED.

ほめビリティ とは

行動療法に基づく行動修正に焦点をおいた
「コミュニティ型トレーニング」プログラム

ペアレント トレーニングを応用し、アンガーマネジメント、アサーティブコミュニケーション等の子育てに必要なテクニックやスキルを取り入れながら子どもとの関わり方を「コミュニティ」で学んでいただきます。

COPYRIGHT © SuRaLa Net Co.,Ltd. ALL RIGHTS RESERVED.

ほめビリティ とは

行動療法 × コミュニティトレーニング

COPYRIGHT © SuRaLa Net Co.,Ltd. ALL RIGHTS RESERVED.

ほめビリティ とは

行動療法

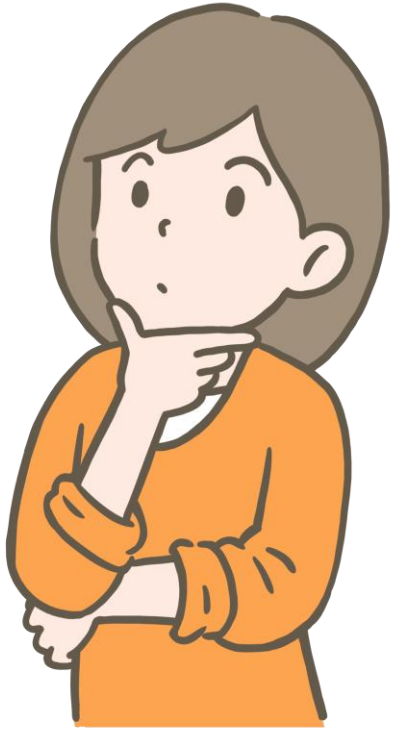
×

コミュニティ
トレーニング

COPYRIGHT © SuRaLa Net Co.,Ltd. ALL RIGHTS RESERVED.

「ほめビリティ」サービスに関して

ついつい
「もう、なにやってるの？」
と怒ってしまう



つい怒ってしまい
あとで後悔…

なんで何度言ってもわからないの？
とイライラしてしまう

その原因は…　何かが起きてから反応してしまう

「リアクティブ」な動きにあります

COPYRIGHT © SuRaLa Net Co.,Ltd. ALL RIGHTS RESERVED.

大切なのは「プロアクティブ」になること

リアクティブな状態

何かが起こってからそれに
反応するのではなく



プロアクティブな状態

先を見越して行動する



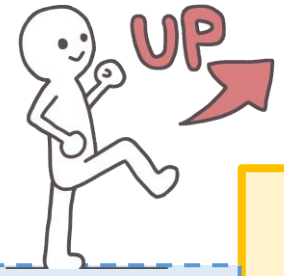
▶**行動療法**に基づき、子どもの**行動を分析**

「プロアクティブ」に対応が出来るように

COPYRIGHT © SuRaLa Net Co.,Ltd. ALL RIGHTS RESERVED.

ほめビリティ 学びのステップ

基礎から応用、さらには他者サポートまで段階的な3つのコースを用意



【ルール導入サポート】

【基礎編】
ほめビリティ
プラクティショナー

子どもの笑顔を引き出す、
褒め上手になるための
第一歩

【応用編】
ほめビリティ
アドバンスド
プラクティショナー

行動療法への理解を深め、
様々な状況に
対応できる力を育む

【他者支援】
ほめビリティ
メンター

「メンター」の
資格を取得することで
【メンター】として
仕事が可能に！

あなたの経験が
誰かの力になる
同じ悩みを持つ人の
“伴走者”に。

COPYRIGHT © SuRaLa Net Co.,Ltd. ALL RIGHTS RESERVED.

「ほめビリティ」サービスに関して

子どもの行動を変える3つの“褒める”



COPYRIGHT © SuRaLa Net Co.,Ltd. ALL RIGHTS RESERVED.

「ほめビリティ」サービスに関して

ほめビリティでは、子どもの行動を応用行動分析学の

ABCフレーム で分析していきます



「ほめビリティ」サービスに関して

Ⓐ 先行条件 ○○の時に → Ⓑ 行　動 ○○したら → Ⓒ 結　果 ○○だった

「行動を分析」し

“強化”と“消去”で

先を見越した行動に繋げましょう！



強化
望ましい行動を
増やす
ぐた褒め

かつ

消去
問題行動を
減らす
スル褒め



「ほめビリティ」サービスに関して

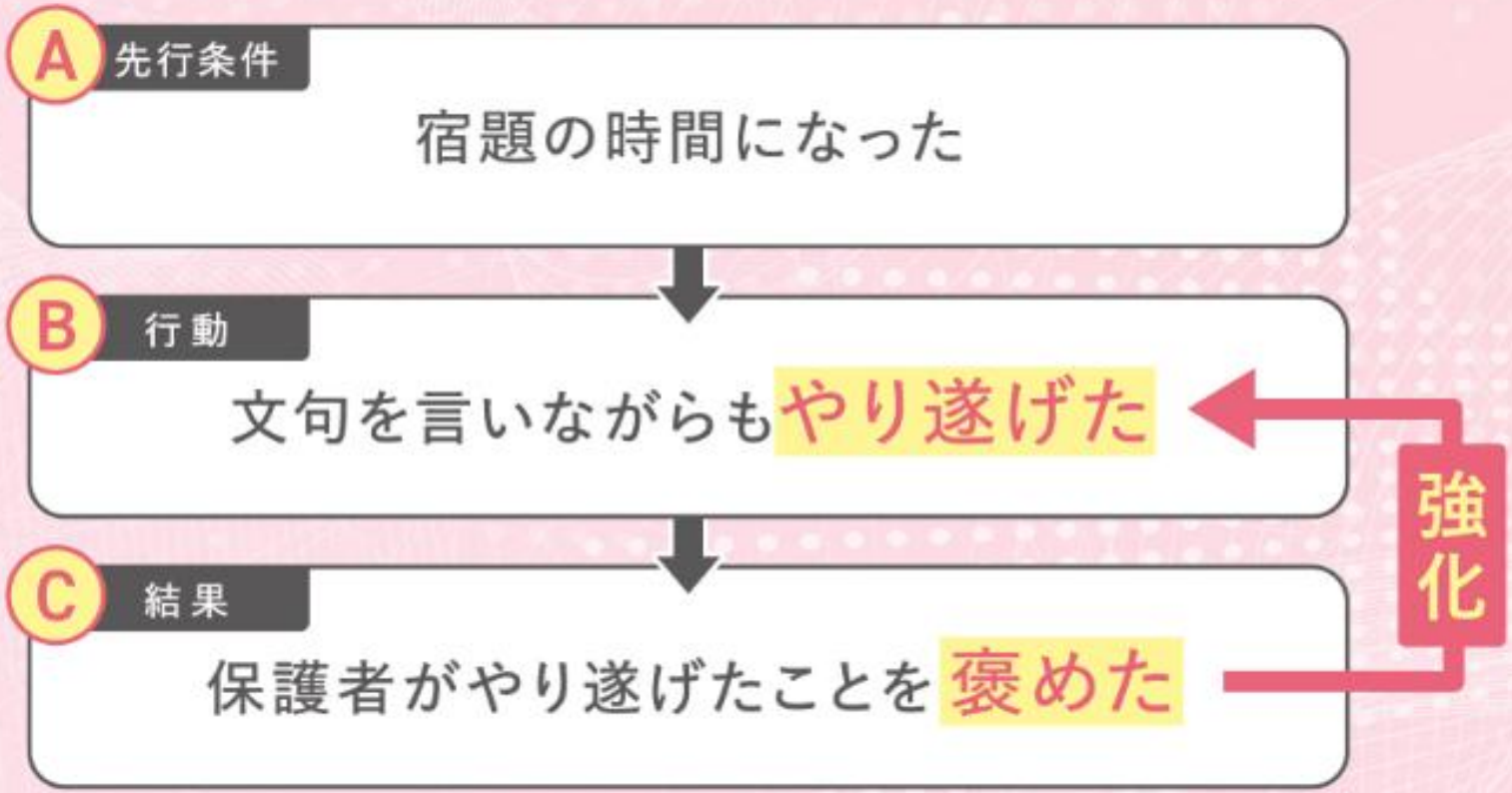
たとえば…

勉強しない行動に対応するには



COPYRIGHT © SuRaLa Net Co.,Ltd. ALL RIGHTS RESERVED.

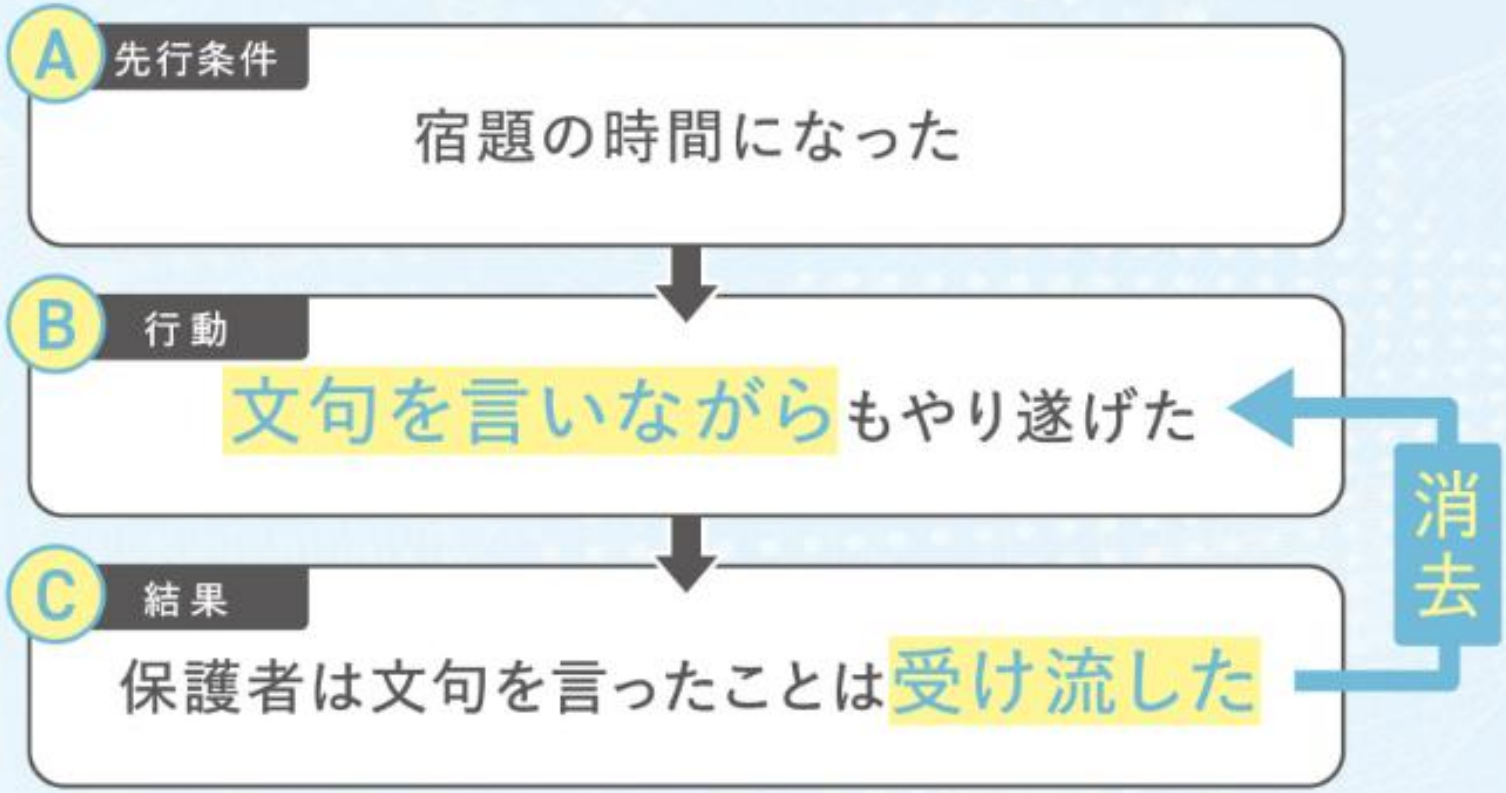
「ほめビリティ」サービスに関して



勉強する行動ができたら
褒めたり、ご褒美を与えて
“強化”する

COPYRIGHT © SuRaLa Net Co.,Ltd. ALL RIGHTS RESERVED.

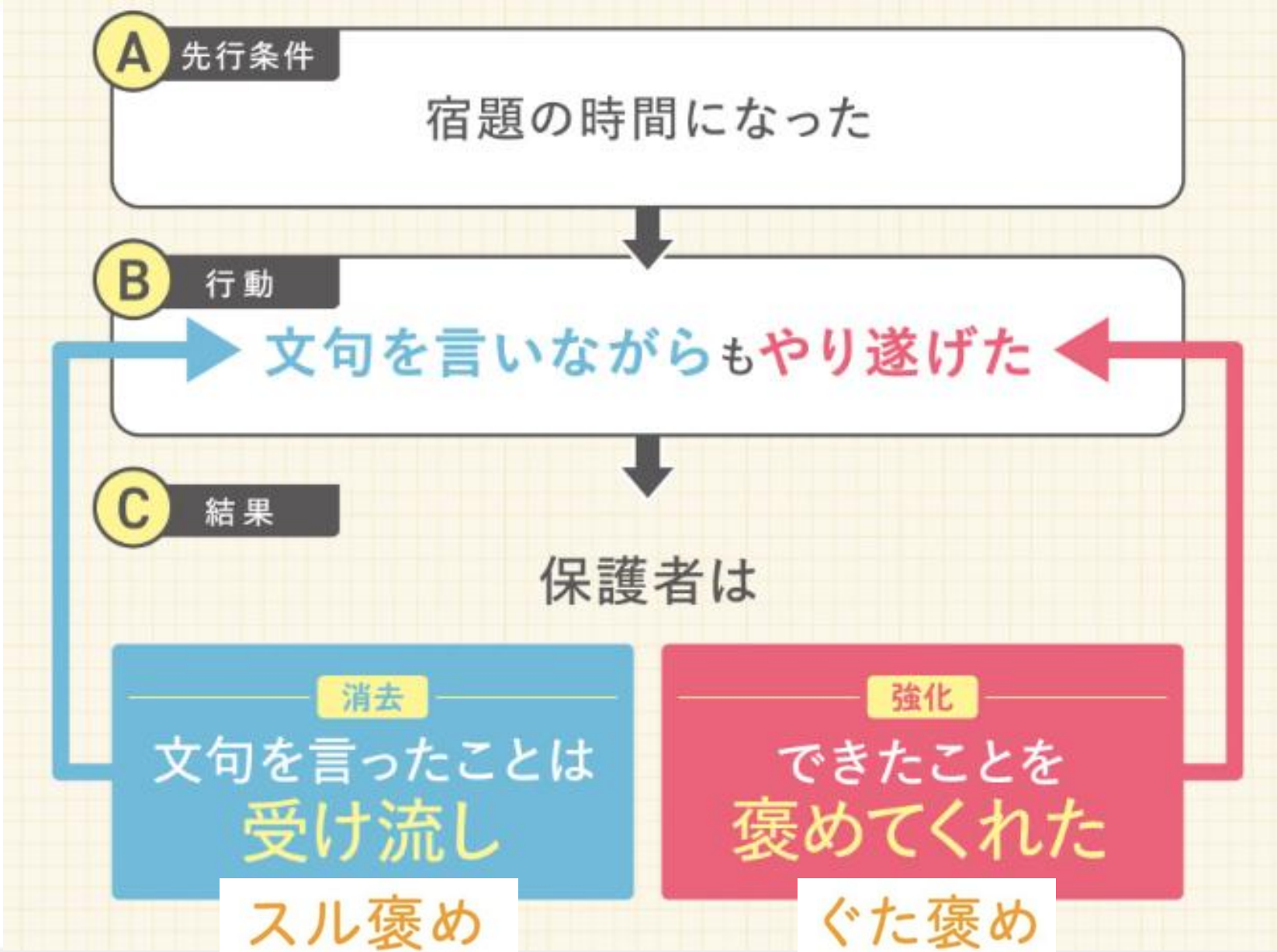
「ほめビリティ」サービスに関して



好ましくない行動に対してはスルーして“消去”する

COPYRIGHT © SuRaLa Net Co.,Ltd. ALL RIGHTS RESERVED.

「ほめビリティ」サービスに関して



COPYRIGHT © SuRaLa Net Co.,Ltd. ALL RIGHTS RESERVED.

1 行動分析学をベースとした親子の関わり方

【特別講座①】アンガーマネジメント

【特別講座②】アサーティブコミュニケーション

ぐた褒め講座

vol.1 子育てスタイルについて

vol.2 行動のABCについて

vol.3 目標設定について

vol.4 行動分析について

vol.5 実践をする上で大切なこと

vol.6 実践をする上で意識して欲しいこと

vol.7 効果的なほめ方について

vol.8 スペシャルタイム/クオリティタイムについて

スル褒め講座

vol.1 上手なスルーの仕方について

vol.2 スルーのためのアクションプランについて

vol.3 リフレーミングについて

指示褒め講座

vol.1 効果的な指示の出し方について

vol.2 ～指示のコツ～こんなときはどうする?

vol.3 ゲームの運用とルールについて

「ほめビリティ」サービスに関して

ほめビリティ とは

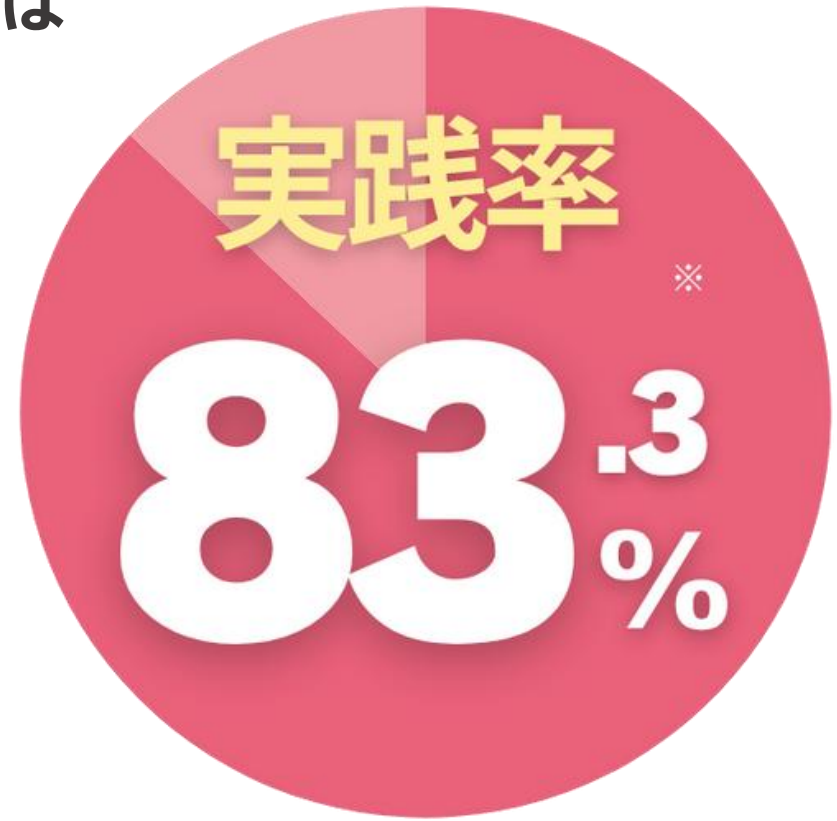
行動療法 × コミュニティトレーニング

COPYRIGHT © SuRaLa Net Co.,Ltd. ALL RIGHTS RESERVED.

「ほめビリティ」サービスに関して

キーワードは **「実践率」**

ほめビリティ参加者は



※2024年1月−2025年7月に開催した
ほめビリティペアレンティングにて、
週1回以上の実践を継続した参加者163名の平均実践率

COPYRIGHT © SuRaLa Net Co.,Ltd. ALL RIGHTS RESERVED.

！
なんと！

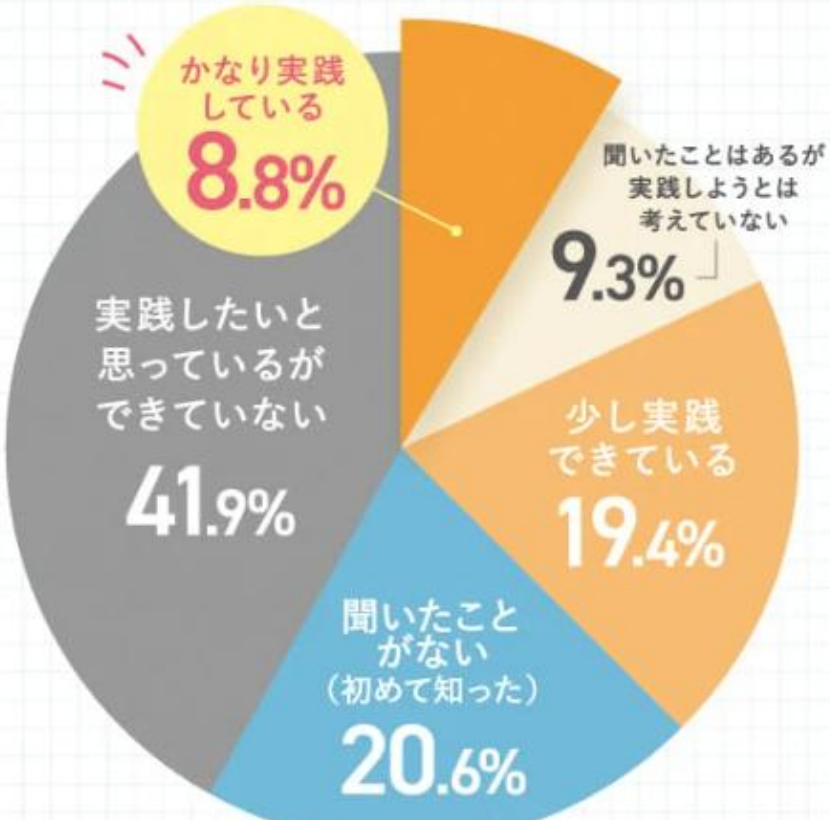
ペアトレが実践継続できている親は

10%以下です

アンケート

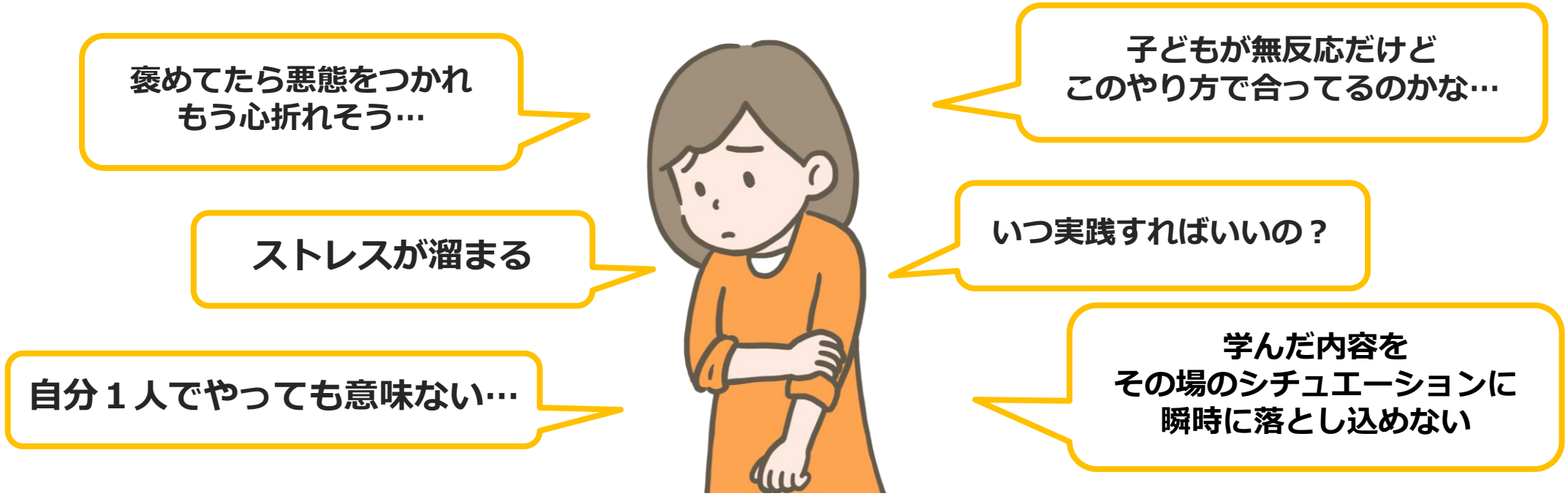
ご家庭における、
「ペアレントトレーニング」の実践の
ご様子について教えてください。

「2023年1月LITALICO発達ナビ調べ 回答数160名」



実践することが難しい理由…それは

孤独 と 疑問



実践するほどこれらの気持ちが強くなる➤実践が難しい

COPYRIGHT © SuRaLa Net Co.,Ltd. ALL RIGHTS RESERVED.

「ほめビリティ」サービスに関して

孤独を解消

オンラインコミュニティで

参加者同士で
共有・共感し合いながら
一緒に前進！

疑問を解消

グループメンター制度で

実践中の疑問を
解消し導くサポート体制

COPYRIGHT © SuRaLa Net Co.,Ltd. ALL RIGHTS RESERVED.

「ほめビリティ」サービスに関して

孤独を解消

オンラインコミュニティで

参加者同士で
共有・共感し合いながら
一緒に前進！

疑問を解消

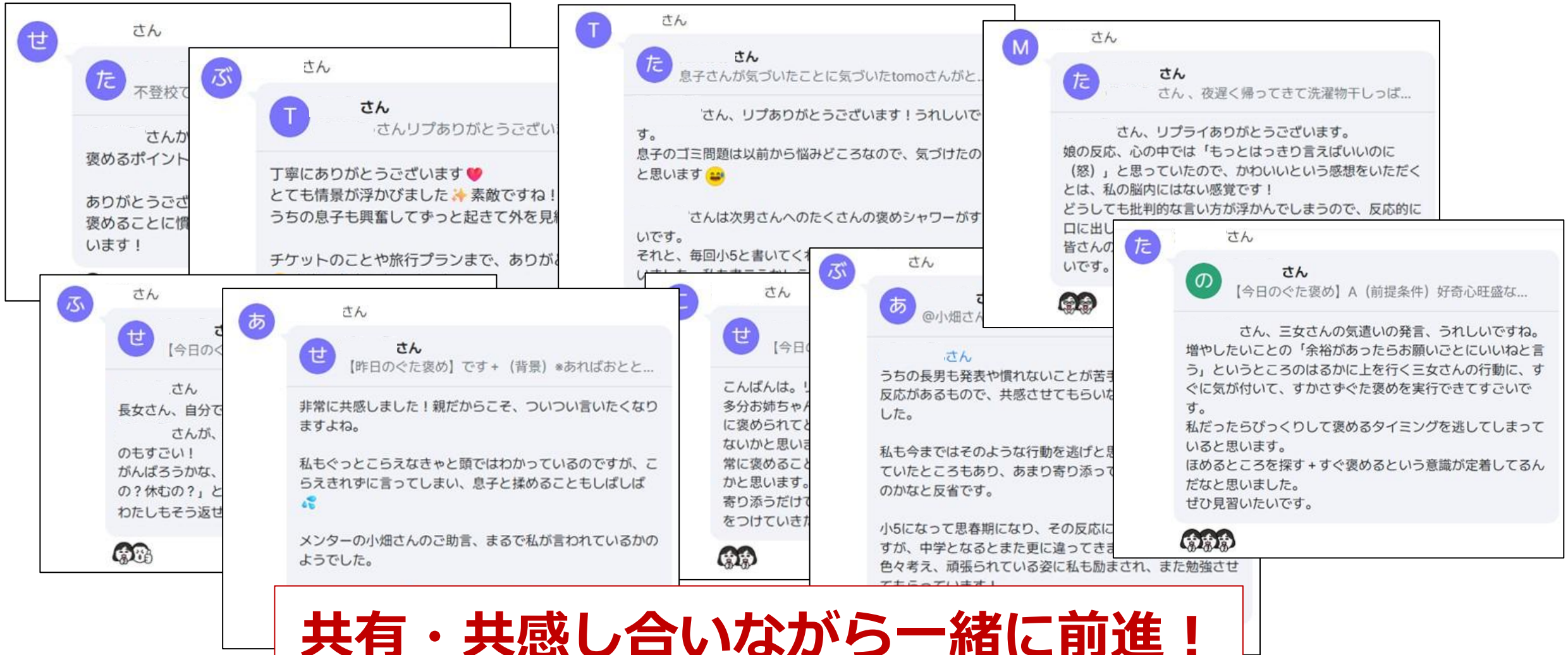
グループメンター制度で

実践中の疑問を
解消し導くサポート体制

COPYRIGHT © SuRaLa Net Co.,Ltd. ALL RIGHTS RESERVED.

「孤独」を解消するオンラインコミュニティ

参加者同士で応援し、励まし合い孤独を解消



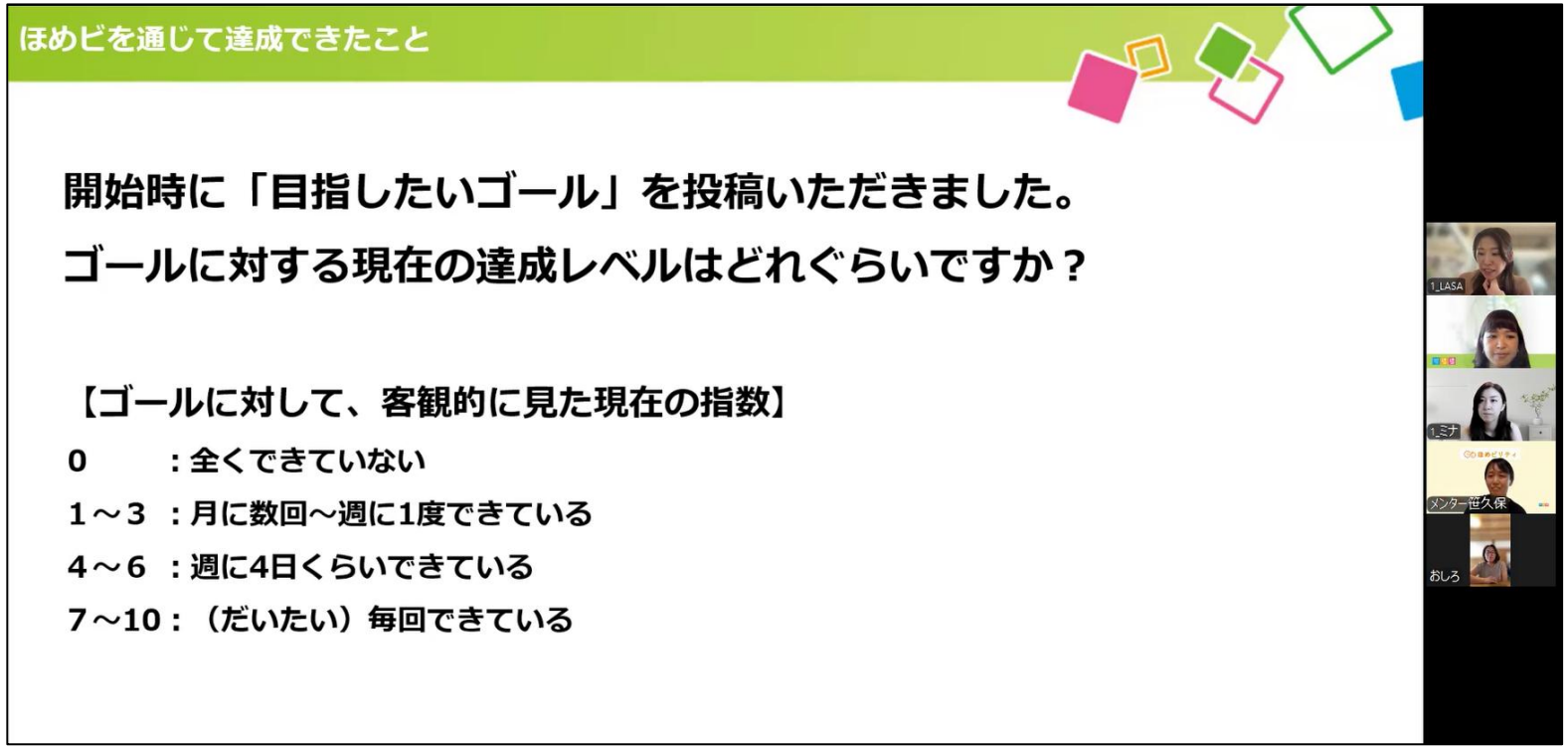
共有・共感し合いながら一緒に前進！

COPYRIGHT © SuRaLa Net Co.,Ltd. ALL RIGHTS RESERVED.

「孤独」を解消するオンラインコミュニティ

他にも実践継続をサポートする仕組みをご用意！

参加型イベント「決起集会＆振り返り会」



ZOOMにて顔出しアリの決起集会と振り返り会を実施

COPYRIGHT © SuRaLa Net Co.,Ltd. ALL RIGHTS RESERVED.

「孤独」を解消するオンラインコミュニティ

他にも実践継続をサポートする仕組みをご用意！

参加型イベント「心理士ピックアップ」



合計２回の「良い投稿」紹介の心理士ピックアップ（ウェビナー）

COPYRIGHT © SuRaLa Net Co.,Ltd. ALL RIGHTS RESERVED.

「孤独」を解消するオンラインコミュニティ

他にも実践継続をサポートする仕組みをご用意！

参加型のイベント「ほめビ知恵袋」



参加者同士で悩みを解決し合う「ほめビ知恵袋」

COPYRIGHT © SuRaLa Net Co.,Ltd. ALL RIGHTS RESERVED.

疑問を解消するメンター制度

孤独を解消

オンラインコミュニティで

参加者同士で
共有・共感し合いながら
一緒に前進！

疑問を解消

グループメンター制度で

実践中の疑問を
解消し導くサポート体制

COPYRIGHT © SuRaLa Net Co.,Ltd. ALL RIGHTS RESERVED.

実践中の疑問を解消し導く“先輩”メンターの存在

**過去にほめビリティに参加され、理解が深く、
親子関係に良い変化が現れた方々がメンターに！**



自分1人きりではここまで頑張れませんでした。
上手く行かず心が折れそうになった時も、メンターの方が温かい前向きなフィードバックをしてくださり、前向きに頑張れました。

メンターの方からのフィードバックがとてもわかりやすい上、温かく、自信を持たせてもらえ、人としても成長させてもらえたように感じました。





メンターさんやグループのメンバーの方々は同じような境遇の方々で、
短い期間ではありますが共に奮闘した経験が私にとって濃く尊い時間となっています。

COPYRIGHT © SuRaLa Net Co.,Ltd. ALL RIGHTS RESERVED.

メンターから受けるフィードバックの一例（ぐた褒め）

A（前提条件）：おもちゃの片付けをする時間になった
B（行動）：子どもが自分からおもちゃを片付けた
C（結果）：「偉いね！」と褒めた

①具体的に褒められていない

フィードバック例

お子さんが自分からおもちゃの片付けをしたことを、見逃さずに褒められていて素敵です✨ 『偉いね！』と褒めることで、お子さんの自主性を認める気持ちが伝わってきました！

具体的なアドバイス

さらに、『自分からおもちゃを片付けられて偉いね！』と、具体的な行動を言葉にして褒めると、お子さんはどんな行動が良かったのかを理解しやすくなり、行動の強化に繋がります👍



これからも、一緒に頑張っていきましょう！

COPYRIGHT © SuRaLa Net Co.,Ltd. ALL RIGHTS RESERVED.

参加者の変化



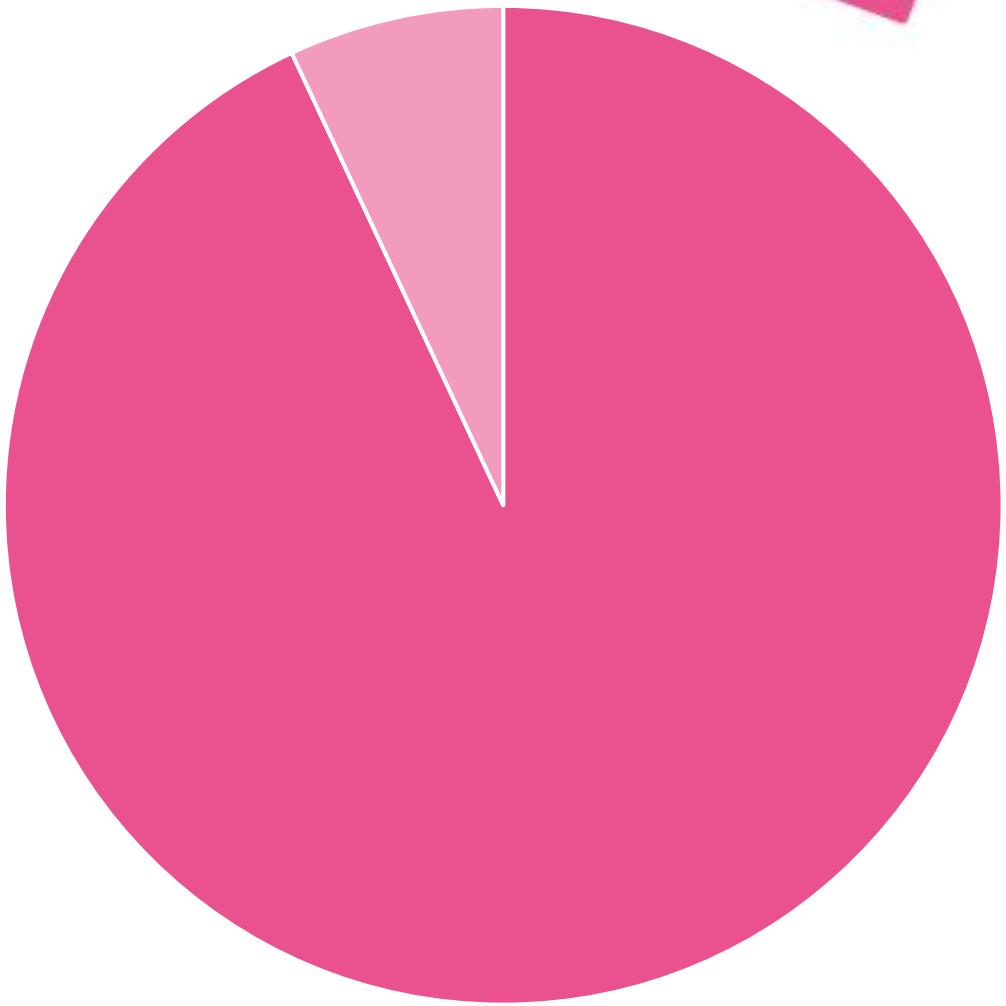


COPYRIGHT © SuRaLa Net Co.,Ltd. ALL RIGHTS RESERVED.

ほめビリティ参加後の変化

子どもの
行動改善率

97.5%

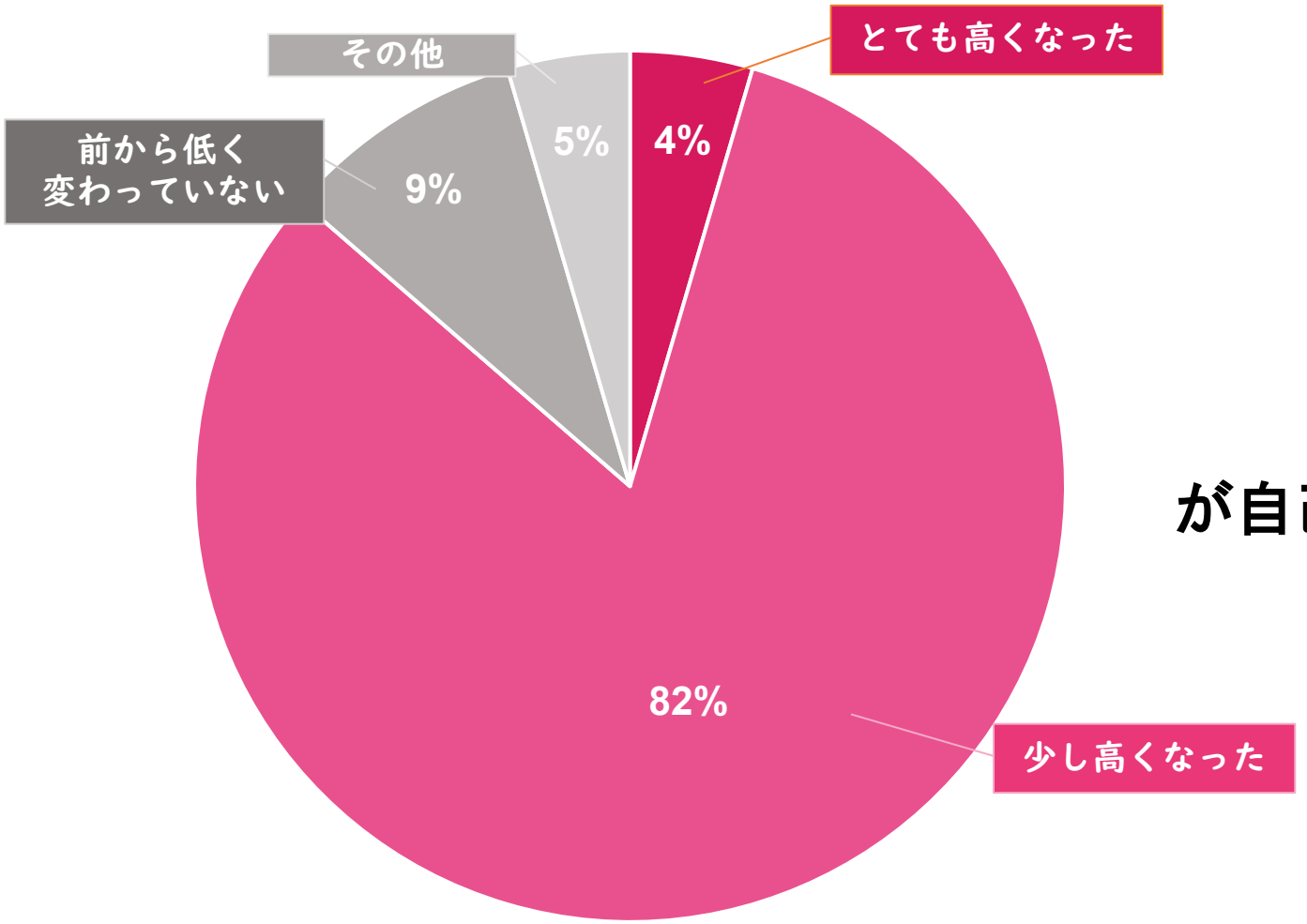


※2024年1月−2025年7月に開催したほめビリティペアレンティングの参加者163名へ子どもの行動改善についてアンケートを実施し講座前より1つ以上改善したと回答した方の集計結果。
行動改善には「自己肯定感」「機嫌」「会話量」「生活習慣」「学習」「ゲーム・スマホ」について調査。

COPYRIGHT © SuRaLa Net Co.,Ltd. ALL RIGHTS RESERVED.

ほめビリティ参加後の変化（子ども）

①子どもの自己肯定感・効力感について（参加前と比較して）



86%

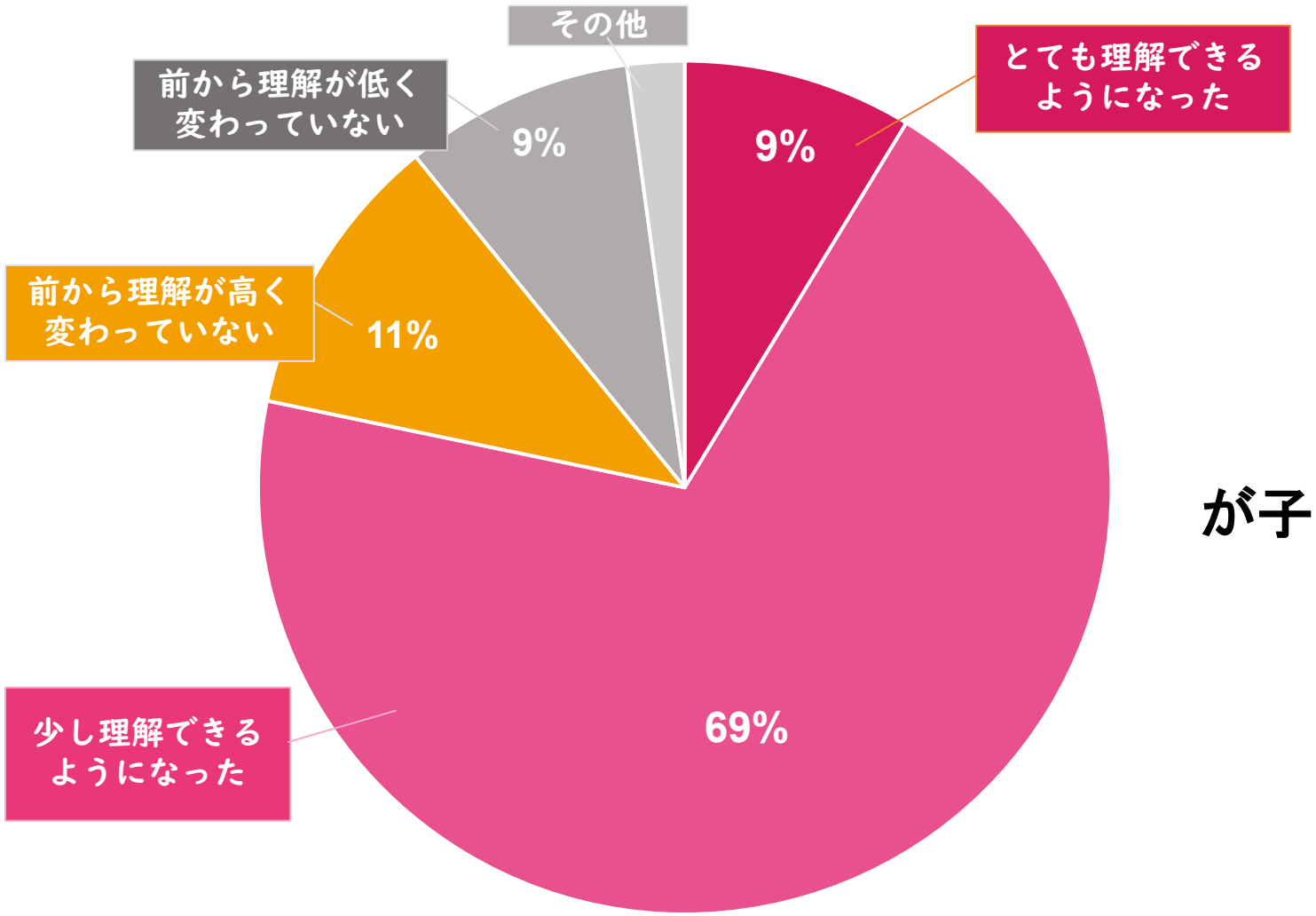
が自己肯定感・効力感があがったと回答

※ 2024年1月−2025年7月現在までの「ほめビリティ ペアレンティング」の
参加者でアンケート回答があった86名の集計結果

COPYRIGHT © SuRaLa Net Co.,Ltd. ALL RIGHTS RESERVED.

ほめビリティ参加後の変化（保護者）

子どもの気持ちの理解度について（参加前と比較して）



78%

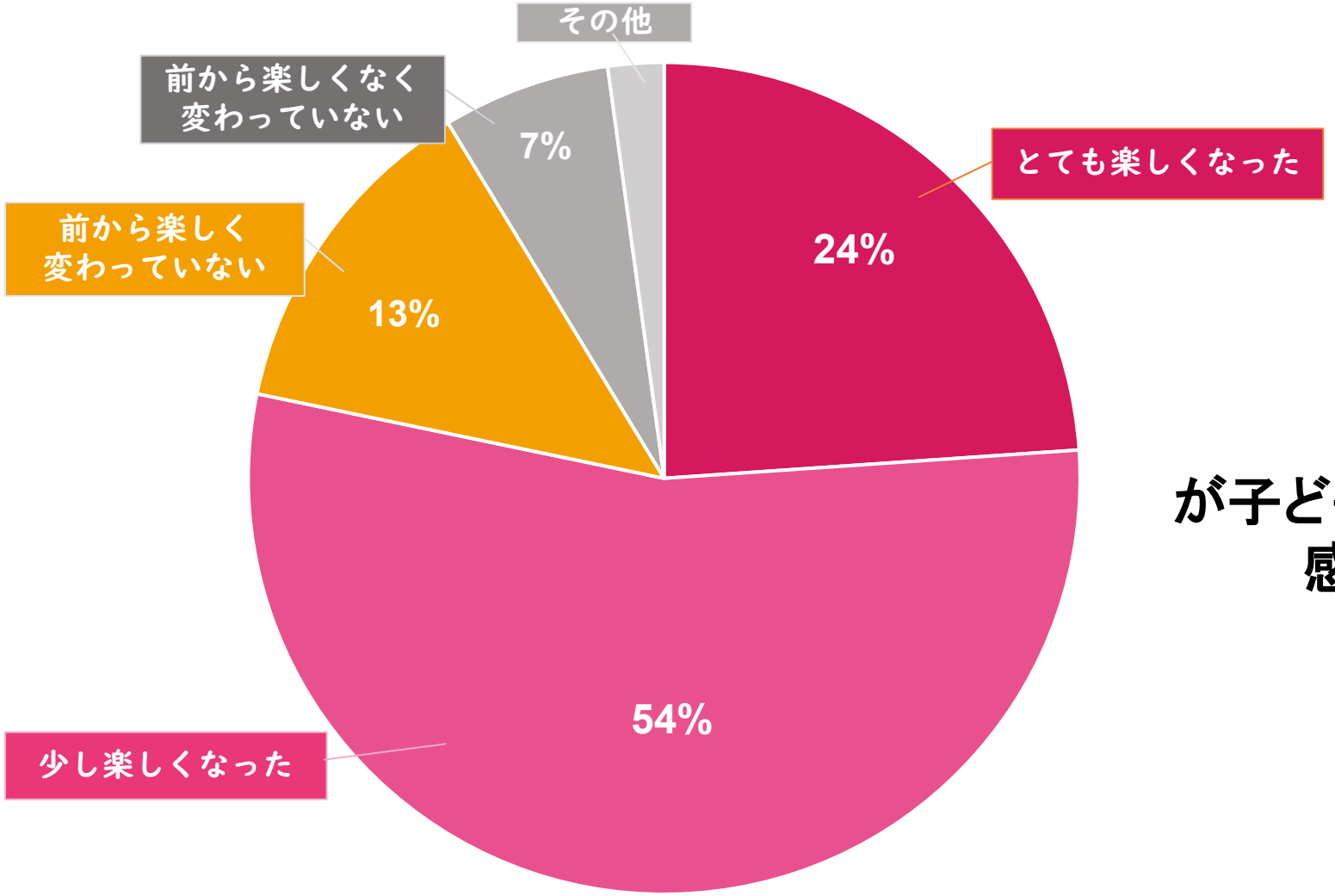
が子どもの気持ちを理解できるようになったと回答

※ 2024年1月−2025年7月現在までの「ほめビリティ ペアレンティング」の参加者でアンケート回答があった86名の集計結果

COPYRIGHT © SuRaLa Net Co.,Ltd. ALL RIGHTS RESERVED.

ほめビリティ参加後の変化（保護者）

子どもと一緒にいるときの楽しさについて（参加前と比較して）



78%

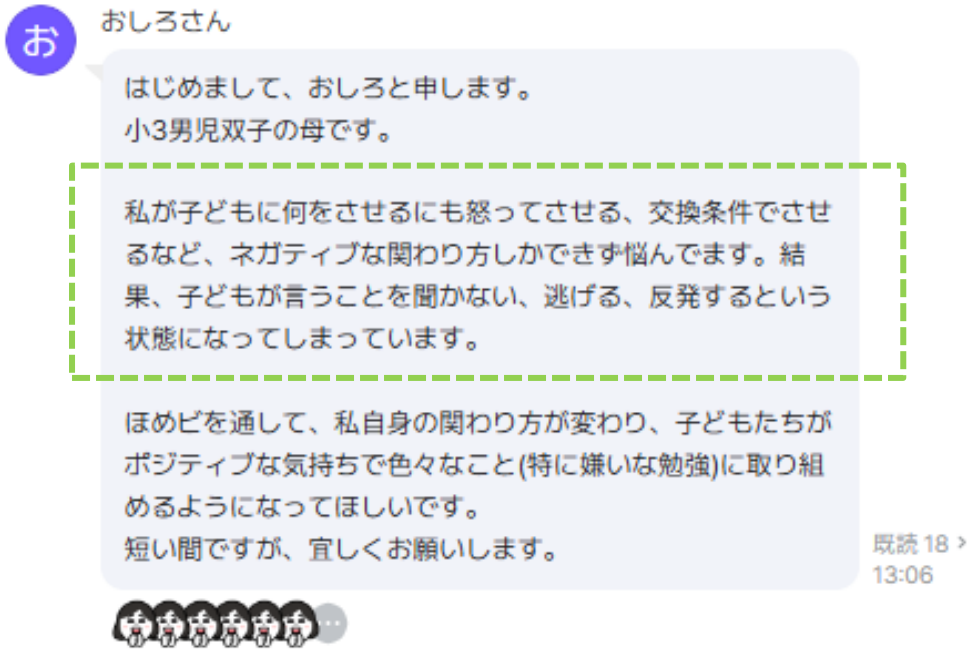
が子どもと一緒にいるときに楽しいと感じるようになったと回答

※ 2024年1月−2025年7月現在までの「ほめビリティ ペアレンティング」の参加者でアンケート回答があった86名の集計結果

COPYRIGHT © SuRaLa Net Co.,Ltd. ALL RIGHTS RESERVED.

ほめビリティ参加後の変化

子どもに「怒って」行動を促していたら
逃げたり反発するようになっていた



1.逃げる、ウソをつく、親の言うことを聞かない状態を改善する(指数1→5)

振り返り
逃げるは本当に無くなりました🎁　嘘をつくは、まだ隠れてゲームをすることがゼロにはなってないのですが、だいぶ減りました🎁　親の言うことはまだ聞かないですが、激しい親子ゲンカになることは　ほぼ無くなり　親のお願いを受け入れてもらえることが増えた気がします🎁　感謝です🙏

3.家庭学習を習慣化する(指数1→5)

振り返り
宿題から逃げ回り、宿題を平気な顔でやらなかった子が、学校から帰ってきたら宿題をやるようになっています。宿題をやる時間を子自身が決めたこと、勉強に対してスモールステップで決して私が怒らないこと、宿題をしたらゲームができるというルールを明確化したこと、そして何より褒めること。これらが大事なことだったと思います。まだ習慣化とまではいきませんが、褒めを継続し、習慣化まで持っていきたいです。

逃げずに、宿題も自ら行うようになった

COPYRIGHT © SuRaLa Net Co.,Ltd. ALL RIGHTS RESERVED.

ほめビリティ参加後の変化

不登校への焦りで「強い声がけ」をしていたら子どもが暴言や癇癪を起こすようになった

ねこさん

はじめまして。ASDでHSP小3から五月雨登校で小5の5月からほぼ不登校の小５女子と向き合う母です。

友達と遊ぶのは好きだけど教室の空気感が怖い。でも今の学校に戻りたい。と希望する娘。

家では勉強のやる気が起きず、読書やテレビ、ネットの時間が増えた事で学習の遅れや不登校への親の焦りが強くなり、制限や強い声掛けをした事で子供の癇癪や暴言が始まりました。
一時的に改善しても遊んでばかり。勉強を促すとすぐに暴言と癇癪を起こす。そんな事の繰り返しな現状に悩み参加を決めました。

正しい声掛けを学んで親子関係を改善していきたいと思っています。

よろしくお願いいたします。

既読 20 ›
09:12

■ 子どもの不安を軽減して心を安定させてあげたい。
指数4➡8
★始める前に比べたら子どもの表情が全く違います。今でも不安で朝は登校出来ないのですが、5時間目からは参加出来る様になり、放課後登校する時も説得しなくてもすんなり自分で学校に入っていくようになりました。
最近では、もっと誉めて！と催促される事もありますが、それも含めて親子の笑顔が増えました。

■ 先を見越した行動が取れる子どもになって欲しい。睡眠不足を解消したい。
指数1➡5
★寝る時間はまだ遅くなる事はありますが、以前の様に宿題をする前。風呂に入る前。歯磨き前。寝る前。癇癪を起こしたり喧嘩になる事がなくなり、娘からどうしたら早く眠れるのかな。やらなきゃいけない事はわかってるけど時間管理が苦手だから声かけて教えてね。と先に希望を話してくれる様になりました。
ママの言い方も嫌だった。と言われて、強かった言い方をしてしまった事を娘に謝まり、私も疲れていたんだな。と初めて気付きました。
娘のロールモデルになる為にも私も気分転換を見つけたいです。
寝る部屋も分けて子供を一人部屋にしたらお互い早く眠れる様になりました。

５時限目から登校、癇癪や喧嘩がなくなった

COPYRIGHT © SuRaLa Net Co.,Ltd. ALL RIGHTS RESERVED.

ほめビリティ参加後の変化

不登校で１日中スマホやゲームを行う子どもに不安を抱えていた参加者

め めぐみさん

はじめまして。

高３（地味目ADHD&ASD）と中１(ASD&感覚過敏)の息子がいます。
2人ともに障害がわかったのが３年程前で、対応が遅かったと反省も有りです。

今回は特に次男への声掛けを変えていきたいと思って参加させていただきました。

元々他者とのコミュニケーションが苦手で、登園拒否等もありました。小学校は真逆の性格の兄に乗せられ(脅され？)何とか４年生までは登校していましたが、５年の先生と合わず不安も募り、夏休み明けから不登校となり、今はほとんどの時間を家で過ごしています。支援ルームなどにも行けたり行けなかったりです。
スマホやゲームの時間も長いので心配は尽きません。

次男はわりと理解力はあるのですが、忘れるのも早いタイプです。そしてコツコツやる漢字などが全く好きではありませんでした。チャレンジは低学年までやっていましたが、全くやらなくなり辞めました。強制してもやらない性格なので、不登校になり始めた当初から『すらら』を何度もさせてあげたいと思いながら、２年も経過。その間、長男のサポートや同居の親の介護等々もあり、なかなか向き合ってあげられませんでした。

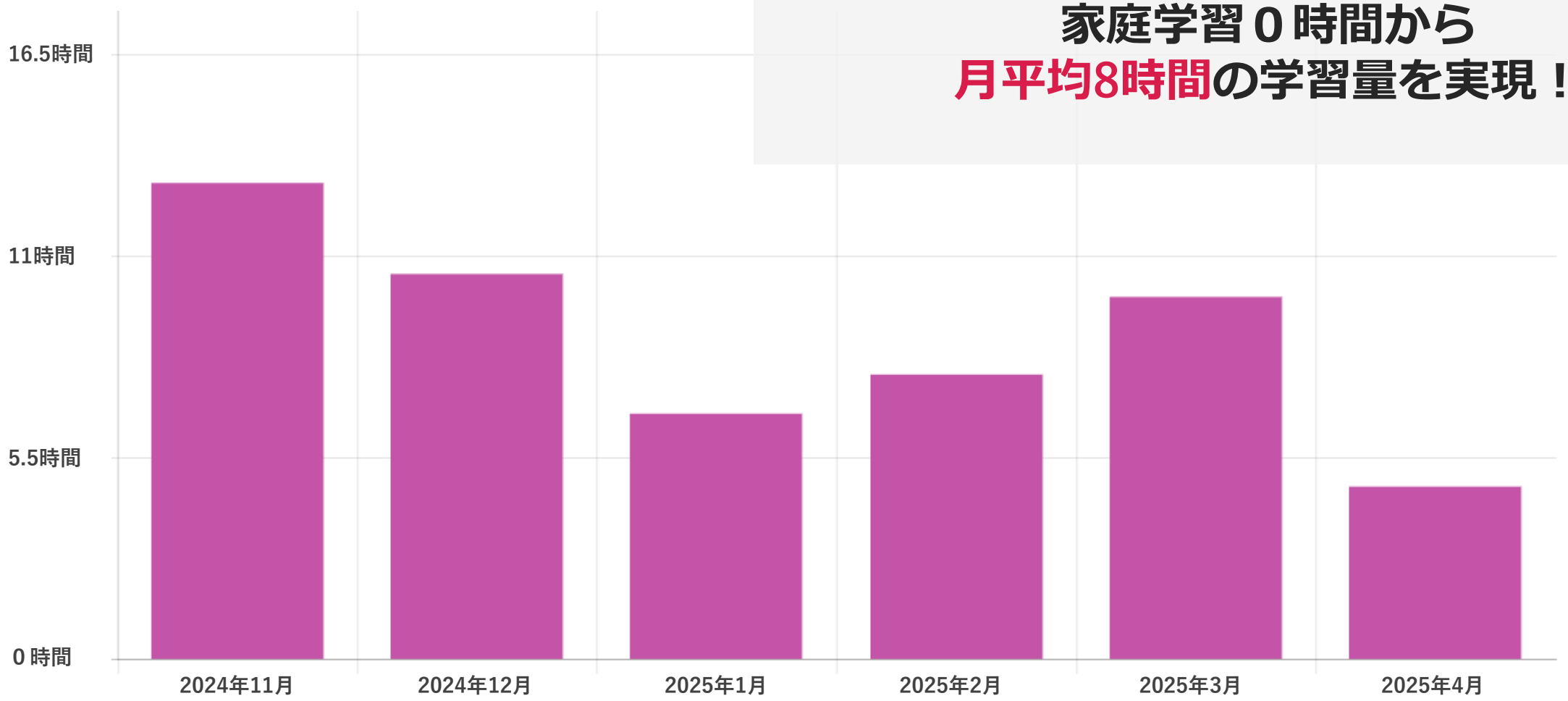
ですが、今回私自身が褒めビの受講をさせていただきながら、次男の『すらら』受講の流れ（良くいえば…本当に自分からやりたいと思える時まで待てた!!）が出来たことはとても感謝でした(^^)
褒めビでのぐた褒め貯金がなかったら引き出せなかった言葉だと思います。
まだまだ『すらら』はスタートしたばかりですが、学びの一歩を踏み出せたこと本当に嬉しいですし、本人の自己肯定感も少しずつ上がっているように感じています。
ルール設定は難しくて、もう少し時間をかけなければ出来そうにないのですが、その間にも忘れずに、ぐた褒めを続けたいと思います。何より家族皆にもぐた褒め言葉はとても良い影響があると実感しています。

子どもが「すらら」を希望し、家庭学習をスタートすることが出来るように

COPYRIGHT © SuRaLa Net Co.,Ltd. ALL RIGHTS RESERVED.

ほめビリティ参加後の変化

【すらら】学習時間のまとめグラフ



家庭学習０時間から
月平均8時間の学習量を実現！

COPYRIGHT © SuRaLa Net Co.,Ltd. ALL RIGHTS RESERVED.

ほめビリティアワードとは？

ほめビリティアワードでは、ほめビリティ プラクティショナーの簡易版（Light版）をご用意します！

- ✅行動分析学に基づいた褒め方動画
- ✅孤独を解消するコミュニティのご用意
- ✅疑問を解消するフィードバックの提供

COPYRIGHT © SuRaLa Net Co.,Ltd. ALL RIGHTS RESERVED.

ほめビリティアワードとは？

ほめ上手大賞を通じて

「すららカップ期間中のお子さまの努力を応援する」

活動を一緒にやりませんか？

COPYRIGHT © SuRaLa Net Co.,Ltd. ALL RIGHTS RESERVED.

ほめビリティ アワード

COPYRIGHT © SuRaLa Net Co.,Ltd. ALL RIGHTS RESERVED.

ほめビリティアワードとは？



ほめビリティアワードとは、すららカップ期間中にがんばるお子さまを褒める保護者の方のアワードです。

※ほめビリティアワードは、弊社別サービスの『ほめビリティ プラクティショナー』の簡易版を補助的にご用意します。

ほめビリティアワードでは、ほめビリティ プラクティショナーの一部講座をご用意します。講座内容をふまえ、すららに取り組むお子さまへ褒めの実践を行っていただきます。

実践内容は保護者さまのコミュニティ（LINEWORKS）内で投稿をしてもらいます。

実践内容･回数を集計し、条件を達成した保護者様にご家族で楽しめる素敵な賞品をプレゼントいたします。



COPYRIGHT © SuRaLa Net Co.,Ltd. ALL RIGHTS RESERVED.

ほめビリティアワード



参加対象	「すらら」「すららドリル」「ピタドリ」で学習している生徒の保護者さま ※学校・学習塾・放課後等デイサービスなどで学習している場合も対象となります。
参加方法	ほめビリティアワードには「説明動画の視聴」と、「申込決済」が必要です。 ※本アワードへの参加には1,280円（税抜）の参加費がかかります
審査方法	すららカップ期間中に以下の条件を達成できたかどうかを判定します。 ①期間内の子どもとの関わりをLINE WORKSで投稿した回数＋投稿内容 ②子どもの学習時間 ※上記の条件を達成しなくても、一定の条件を満たした方には参加賞を贈呈！



COPYRIGHT © SuRaLa Net Co.,Ltd. ALL RIGHTS RESERVED.

ほめビリティアワードの賞品

順位	賞品
1位	旅行券20,000円分
2位	旅行券10,000円分
3位	旅行券7,000円分
4位	旅行券5,000円分
5位	グルメカード2,000円分
6位～7位	グルメカード1,500円分
8位～10位	グルメカード1,000円分
参加賞	グルメカード500円分

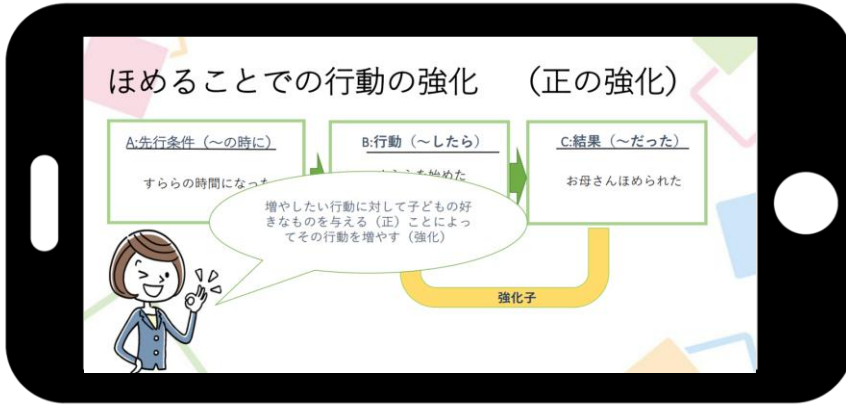
COPYRIGHT © SuRaLa Net Co.,Ltd. ALL RIGHTS RESERVED.

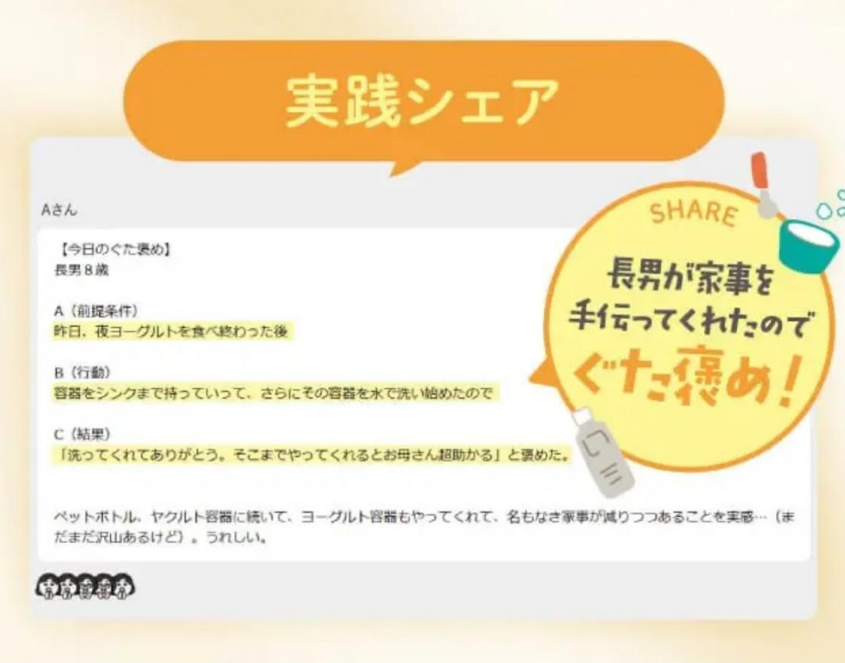
ほめビリティアワード

ほめビリティアワードの流れ

STEP1 説明動画の視聴	本動画の視聴
STEP2 申込決済	すららカップ公式サイト「ほめビリティアワード」より
STEP3 ほめビリティ講座Lightを視聴	決済が完了した方へ順次、ご登録のメールアドレス宛にほめビリティ講座lightの視聴URLをお送りいたします。 すららカップの開催期間前から、講座の視聴は可能です。
STEP4 スマホアプリ「LINE WORKS」の準備	11月26日頃より順次、アプリインストール、参加方法等のご案内をいたします。参加するコミュニティにご招待いたします。 12月1日以降に参加の方には随時ご案内いたします。
STEP5 ほめビリティアワード開始！	「LINE WORKS」上のグループトーク内で、講座を踏まえて実践内容を投稿ください。※スマホからでOK

スマホで動画視聴 ※約40分の動画です





COPYRIGHT © SuRaLa Net Co.,Ltd. ALL RIGHTS RESERVED.

ほめビリティアワードで実践していただく「褒める」は2つ



「ぐた褒め」と「スル褒め」を実践＆実践投稿していただきます

COPYRIGHT © SuRaLa Net Co.,Ltd. ALL RIGHTS RESERVED.

「ぐた褒め」と「スル褒め」について

COPYRIGHT © SuRaLa Net Co.,Ltd. ALL RIGHTS RESERVED.

子どもが宿題をしたとき、こんな行動をしていませんか？

宿題の時間になった時に

→ 文句を言いながら
終わらせていたので

→ 文句に**反論**し
宿題したことは**スルー**した



勉強したのに怒られた。
勉強してもいいことがないから頑張る気になれない…。

**人は起こした行動の結果が望ましくないと
その行動を繰り返すことをやめてしまいます**

COPYRIGHT © SuRaLa Net Co.,Ltd. ALL RIGHTS RESERVED.



プロアクティブのテクニックを一部ご紹介！

✔ 行動は応用行動分析学の「ABCフレーム」で分析

A：先行条件	B：行動	C：結果
～の時に	～したら	～だった

✔ 勉強しない行動に対応するには

【強化】勉強する行動を増やす

望ましい行動　増やす ≪

かつ

【消去】好ましくない行動を減らす

問題行動　減らす ≫

行動を「分析」し「強化と消去」で
先を見越した行動に繋げましょう！

COPYRIGHT © SuRaLa Net Co.,Ltd. ALL RIGHTS RESERVED.

行動を「分析」し「強化と消去」で先を見越す

【強化】勉強する行動を増やす

A：先行条件

宿題の時間になった

B：行動

文句を言いながらも
やり遂げた

C：結果

保護者が) やり遂げた
ことを褒めた

強化



勉強する行動ができたら
褒めたり、ご褒美を与えて『強化』する。

COPYRIGHT © SuRaLa Net Co.,Ltd. ALL RIGHTS RESERVED.

行動を「分析」し「強化と消去」で先を見越す

【消去】好ましくない行動を減らす

A：先行条件

宿題の時間になった

B：行動

文句を言いながらも
やり遂げた

C：結果

(保護者は) 文句を
言ったことは受け流す



好ましくない行動に対しては
スルーして『消去』する。

COPYRIGHT © SuRaLa Net Co.,Ltd. ALL RIGHTS RESERVED.

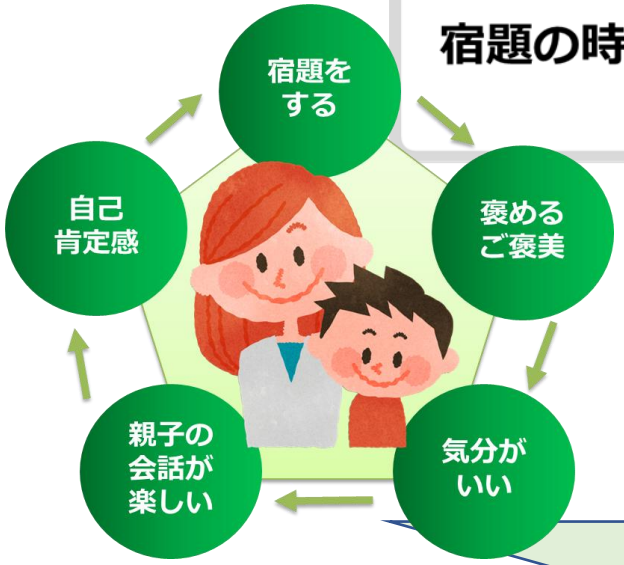
行動を「分析」し「強化と消去」で先を見越す

【強化】＋【消去】

A：先行条件	B：行動	C：結果
宿題の時間になった	文句を言いながらもやり遂げた	(保護者が) 文句を言ったことは受け流しできたことを褒めてくれた

C：結果 → 消去

B：行動 ← 強化（C：結果から）



親子関係が好循環し
子どものやる気も安定する

この考え方を軸に様々な場面での
関わり方を学びます

COPYRIGHT © SuRaLa Net Co.,Ltd. ALL RIGHTS RESERVED.

【○×クイズ】

この対応は正解？

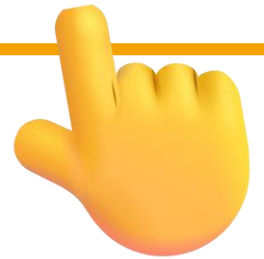




COPYRIGHT © SuRaLa Net Co.,Ltd. ALL RIGHTS RESERVED.

【クイズ！】この対応、〇 or ×？①

A:先行条件（～の時に）	B:行動（～したら）	C:結果（～だった）
勉強の時間になった	勉強を始めた	勉強を始めたことを褒めた



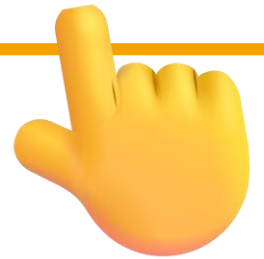
この対応、〇 or ×？

正解は〇

COPYRIGHT © SuRaLa Net Co.,Ltd. ALL RIGHTS RESERVED.

【クイズ！】この対応、〇 or ×？②

A:先行条件（～の時に）	B:行動（～したら）	C:結果（～だった）
勉強の時間になった	静かに勉強をしていた	邪魔しないよう そっと見守った



この対応、〇 or ×？

正解は ×

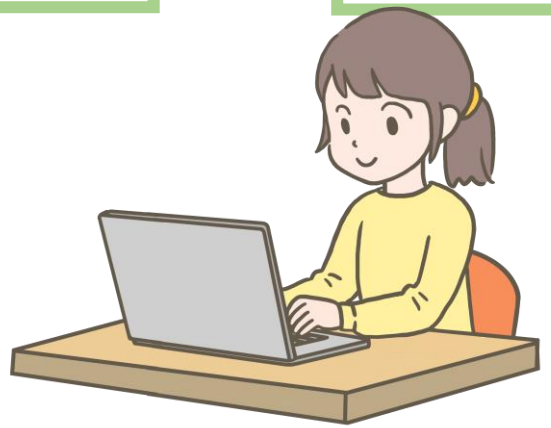
COPYRIGHT © SuRaLa Net Co.,Ltd. ALL RIGHTS RESERVED.

【クイズ！】この支援、〇 or ×？②

【正解：×】

やりがちな「やる気」を減らしてしまう対応

A:先行条件（～の時に）	B:行動（～したら）	C:結果（～だった）
勉強の時間になった	静かに勉強していた	邪魔しないよう そっと見守った



消去

明日はやらなくてもいいか
という気持ちが生まれる

COPYRIGHT © SuRaLa Net Co.,Ltd. ALL RIGHTS RESERVED.

【クイズ！】この対応、〇 or ×？③

A:先行条件（～の時に）

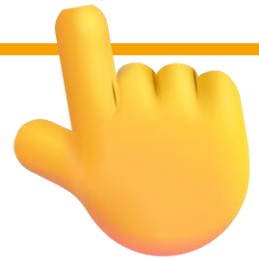
すららの勉強時間になった

B:行動（～したら）

癇癪を起こした

C:結果（～だった）

今日はすらら
やらなくていいよ
と伝えた



この対応、〇 or ×？

正解は ×

COPYRIGHT © SuRaLa Net Co.,Ltd. ALL RIGHTS RESERVED.

【クイズ！】この支援、〇 or ×？③

【正解：×】

知らず知らずにしている負の強化

A:先行条件（～の時に）

すららの勉強時間になった

B:行動（～したら）

癇癪を起こした

C:結果（～だった）

今日はすらら
やらなくていいよ
と伝えた

強化

癇癪をおこせば
やりたくないことを
やらなくていいと「誤学習」してしまう

COPYRIGHT © SuRaLa Net Co.,Ltd. ALL RIGHTS RESERVED.

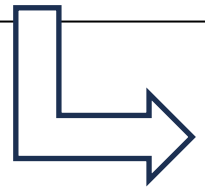
「具体的に褒める」で気を付けたいこと

「具体的に褒める」の例 ※1ポイント付与！

A 前提条件：学校から帰宅後
B 行動：早々にすららを始めたので、
C 結果：すららカップを意識して頑張ってる〇〇は格好いいね！と褒めた。

「具体的に褒められていない」例 ※ポイントGETならず。。

A 前提条件：学校から帰宅後
B 行動：早々にすららを始めたので、
C 結果：格好いいね！と褒めた。



お子さまは何に注目されて褒められているのか、わからない可能性があります。
注目内容も言葉にして具体的に伝えてあげましょう。

COPYRIGHT © SuRaLa Net Co.,Ltd. ALL RIGHTS RESERVED.

ほめビリティアワードの
ポイント付与の仕方

COPYRIGHT © SuRaLa Net Co.,Ltd. ALL RIGHTS RESERVED.

ほめビリティアワードのポイント付与の仕方

①お子さまの学習時間

各部門の入賞に応じてポイント

総学習時間アワード

順位	ポイント
1位	500P
2位	400P
3位	300P
4位	250P
5位	200P
6位	175P
7位	150P
8位	125P
9位	100P
10位	75P

ミッション達成賞

ミッション	ポイント
30時間以上	60P
20時間以上	40P
10時間以上	20P

コツコツ学習賞

ミッション	ポイント
達成者	50P



ミッション達成賞、コツコツ学習賞は<u>エントリー制</u>です。お子さまにエントリーするようお伝えください。
お子さまの目標に伴走していきましょう。

COPYRIGHT © SuRaLa Net Co.,Ltd. ALL RIGHTS RESERVED.

ほめビリティアワードのポイント付与の仕方

②子どもとの関わりをスマホアプリ「LINE WORKS」で投稿

お子さまの行動に対し、具体的に褒めた内容、スルー後に褒めた内容をLINE WORKSにて投稿ください。

※褒める内容はすららカップ以外のことでも大丈夫です！

内容	ポイント	1日にポイント付与できる投稿回数の上限
通称「ぐた褒め」 具体的に褒めた内容を投稿する	1P	5回まで
通称「スル褒め」 好ましくない行動、言動をスルーし、好ましい行動、言動を具体的に褒めた内容を投稿する	3P	1回まで
リプライ 他の参加者の実践投稿にリプライする ※雑談のリプライは無効	2P	3回まで
上記のうち、いずれか**毎日欠かさず投稿**した方	50P	-



COPYRIGHT © SuRaLa Net Co.,Ltd. ALL RIGHTS RESERVED.

ほめビリティアワードのポイント付与の仕方

Case1：お子さまも保護者もパーフェクトだった場合

投稿内容	お子さま
総学習時間1位	500
ミッション 30時間達成	60
コツコツ学習達成	50
子どもポイント計	610

＋

投稿内容	保護者
ぐた褒め	250
スル褒め	150
リプライ	300
毎日投稿	50
保護者ポイント計	750

＝ 1360P

COPYRIGHT © SuRaLa Net Co.,Ltd. ALL RIGHTS RESERVED.

ほめビリティアワードのポイント付与の仕方

Case2：お子さまがパーフェクト、保護者はスルーが苦手

投稿内容	お子さま
総学習時間1位	500
ミッション 30時間達成	60
コツコツ学習達成	50
子どもポイント計	610

＋

投稿内容	保護者
ぐた褒め	250
スル褒め ※3日に1回程度	45
リプライ	300
毎日投稿	50
保護者ポイント計	645

＝ 1255P

COPYRIGHT © SuRaLa Net Co.,Ltd. ALL RIGHTS RESERVED.

ほめビリティアワードのポイント付与の仕方

Case3：お子さまが総学習アワード3位、保護者はパーフェクト

投稿内容	お子さま
総学習時間3位	300
ミッション 30時間達成	60
コツコツ学習達成	50
子どもポイント計	410

＋

投稿内容	保護者
ぐた褒め	250
スル褒め	150
リプライ	300
毎日投稿	50
保護者ポイント計	750

＝ 1160P

COPYRIGHT © SuRaLa Net Co.,Ltd. ALL RIGHTS RESERVED.

ほめビリティアワードのポイント付与の仕方

Case4：お子さまが7位、保護者は週3～4日ぐらい投稿

投稿内容	お子さま
総学習時間7位	150
ミッション 30時間達成	60
コツコツ学習達成	50
子どもポイント計	260

＋

投稿内容	保護者
ぐた褒め ※3日2回程度	175
スル褒め ※2日に1回程度	75
リプライ ※2日1回程度	150
毎日投稿	0
保護者ポイント計	400

＝ 660P

COPYRIGHT © SuRaLa Net Co.,Ltd. ALL RIGHTS RESERVED.

ほめビリティアワードのポイント付与の仕方

Case5：お子さまが10位、保護者はリプライが苦手

投稿内容	お子さま
総学習時間10位	75
ミッション 30時間達成	60
コツコツ学習達成	50
子どもポイント計	185

＋

投稿内容	保護者
ぐた褒め	250
スル褒め	150
リプライ ※ゼロ	0
毎日投稿	50
保護者ポイント計	450

＝ 635P

COPYRIGHT © SuRaLa Net Co.,Ltd. ALL RIGHTS RESERVED.

ほめビリティアワードのポイント付与の仕方

	Case1 パーフェクト親子	Case2 子どもパーフェクト 保護者スルー苦手	Case3 子ども3位 保護者パーフェクト	Case4 子ども7位、 保護者 週3～4日投稿	Case5 子ども10位 保護者リプライ苦手
総学習時間1位	500	500	300	150	75
ミッション 30時間達成	60	60	60	60	60
コツコツ学習達成	50	50	50	50	50
子どもポイント計	610	610	410	260	185
ぐた褒め	250	250	250	175	250
スル褒め	150	45	150	75	150
リプライ	300	300	300	150	0
毎日投稿	50	50	50	0	50
保護者ポイント計	750	645	750	400	450
総合計	1,360P	1,255P	1,160P	660P	635

保護者のポイントが上回っている、しかし子どもの順位が上回っていると、総合ポイントが高くなることがある

COPYRIGHT © SuRaLa Net Co.,Ltd. ALL RIGHTS RESERVED.

※注意事項

✅ほめビリティアワードのみ有料イベントとなっております。1,280円（税込1,408円）

✅ほめビリティアワードは12月1日スタートとなるため11月中にお申し込みください。

※スマホアプリ「LINE WORKS」の登録作業があります

✅これから「すらら」のご入会を予定される方は12月1日入会がおすすめです。

ほめビアワード決済フォーム

すらら入会フォーム

COPYRIGHT © SuRaLa Net Co.,Ltd. ALL RIGHTS RESERVED.

ほめビリティアワード



親子でのご参加をお待ちしております！

COPYRIGHT © SuRaLa Net Co.,Ltd. ALL RIGHTS RESERVED.