

令和5年3月12日（日）第8回はこでみペアレントトレーニング

8回目の今回は、「無視する～ほめる為に待つ～」をテーマに講義とグループワークを行いました。

3月といえば、年度末であり、もうすぐ進級・進学の時節となります。子どもたちにとっては新たなスタートにウキウキワクワクし、保護者にとっては我が子の成長を感じる、とても嬉しい時期です。

が、しかし、進級・進学するという事は、担任もクラスメイトも環境も大きく変わり、昨年度の一年間をかけて親子で懸命に築き上げてきた人間関係や1日の流れと見直し、子ども自身の特性に合わせた関わり方と課題、そして何より親子共々学校に抱いている信頼と安心が全てリセットされ、一から構築し直さないとイケない状況に立たされるということです。。

この毎年やってくる全てにおける再構築は、親子にとって見通しが立たず常に不安の伴う重労働です。

「新しい担任は理解があるかしら？」 「担任と子どもの相性が悪い」

「大好きな先生が他校に移動になった」 「担任にお願いばかりするのは気が引ける」

など悩みはつきません。

そこで、ペアトレの本題に入る前に「学校との上手な連携方法」について、保護者様それぞれが今まで経験してきた連携方法について話し合い、様々な効果的なアイデアを共有し、4月の新スタートの心構えを行いました！

その後、今回のペアトレのテーマである「無視する～ほめる為に待つ～」について学びました。

大人側の常識やルールではなく、いかに子どものペースに合わせて関わる事が出来るかが最大のポイントです。

大人側の一方的な考えで関わり、指示に従わない子どもが許せなくなり、出来ていない面にばかりに注目してしまいます。

つまり「待てない」

大人側も日々忙しく気持ちに余裕がないと、更に子どもの行動が待てず、頭ごなしの注意ばかりになりがちです。

ペアトレにおける「無視する」とは、「大人側の否定的な注目を取り去り、良い行動が出るまで待ち、出たらほめる」ということです。つまり「ほめるために待つ」です。

今回のペアトレでは、子どもの良い行動や子ども自身が切り替えるタイミングを「待つ」。そして「ほめる」。ための具体的な方法やコツを皆で学びました！

「待つ」という対応は、子どもの自発的な行動を促すことに大変効果的ですが、「待つ」ことで親子それぞれにとってのクールダウンの時間となりお互いが冷静になることにも大変効果的です。



参加者の感想

- 「親の余裕が大事と分かったので、リラックス方法を見つけていきます。」
- 「待つ際の表情や声かけのタイミングなどが具体的に分かって良かった。」
- 「知らなかった情報がたくさん聞けるのでとても助かっています。」
- 「我が子より年上の子がいらっしやる保護者の話が聞いて参考になる。」