

令和5年10月22日（日）第2回はこでみペアレントトレーニング

第2回はこでみペアレントトレーニング

今回は、15名の保護者や支援者の方々にご参加頂きました。

第2回目は、「行動を3つに分けよう」をテーマに講義とグループワークを行いました。

保護者のお悩みとしてよく挙げられる項目は、

- 我が子を褒めたくても褒めるようなことをしません。
- 「子どもを褒めて下さい」とよく言われますが、何をいつどのように褒めたら良いか分かりません。
- 褒めてるつもりですが、改善が見られないので効果が実感できません。
- 怒ってばかりいる自分を変えたいです。

などです。

ご参加の皆さん全員が「どうにかしてあげたい」という強い思いで、我が子のために毎日懸命に努力されています。

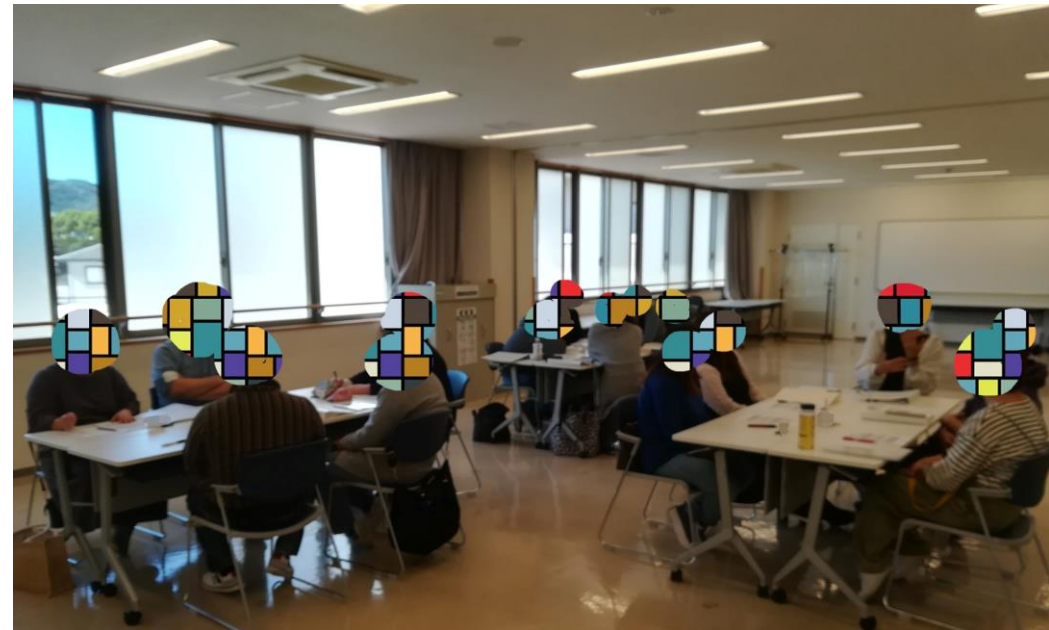
しかし、中々うまくいかず、どうして良いか分からないまま、出口のないトンネルの中で焦りばかりが募る状況になっています。

そんな状況を抜け出すために、ペアレントトレーニングでは、まず子どもの行動を3つに分けることから始めていきます。

子どもの行動を整理することで、親側の対応が明確となり、怒ってばかりの対応が改善され、褒め上手になっていきます！

そこで今回は、ご参加の皆さんにグループ内で意見交換をしてもらいながら我が子の行動を3つに分けて頂きました。

次回からは、その3つの行動に対する効果的な対応を具体的に学んでいきます。



参加者の感想

- 「再度おさがりが出来て、とても参考になりました。」
- 「以前に比べて子どもの出来ている事が増えていることに気がきました。」
- 「自分の関わり方を客観視できて良かったです。」
- 「スモールステップでたくさん子どもを褒めたいと思います！」
- 「我が子の成長を感じることができました。」
- 「頑張って我が子のペースに合わせていきたいと思います。」
- 「褒めるハードル低くしてたくさん褒めたいと思います。」