

令和6年6月15日（土）第10回はこでみペアレントトレーニング

第10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10回目は、「制限する」～警告とペナルティ～をテーマに講義とグループワークを行いました。

まずは、前回出した「わか子に効果的な指示の出し方を見つける」という宿題について、ご家庭で実践した事や感想をグループに別れて共有して頂きました。

ペアレントトレーニングで学んだ事を日常生活に落とし込んで実践してみると、保護者のほとんどが難しさを実感されます。中々学んだ通りにはならないものです。しかし、毎回の宿題を通して、難しさを感じつつも、少しずつ大切なポイントに気付かれています。

それは、大人の考えや見通しだけで判断するのではなく、子どもの思いやペースに合わせて関わるということです。

子どもと同じように、大人も一つ一つスモールステップで我が子に合った関わりを身につけていきます。

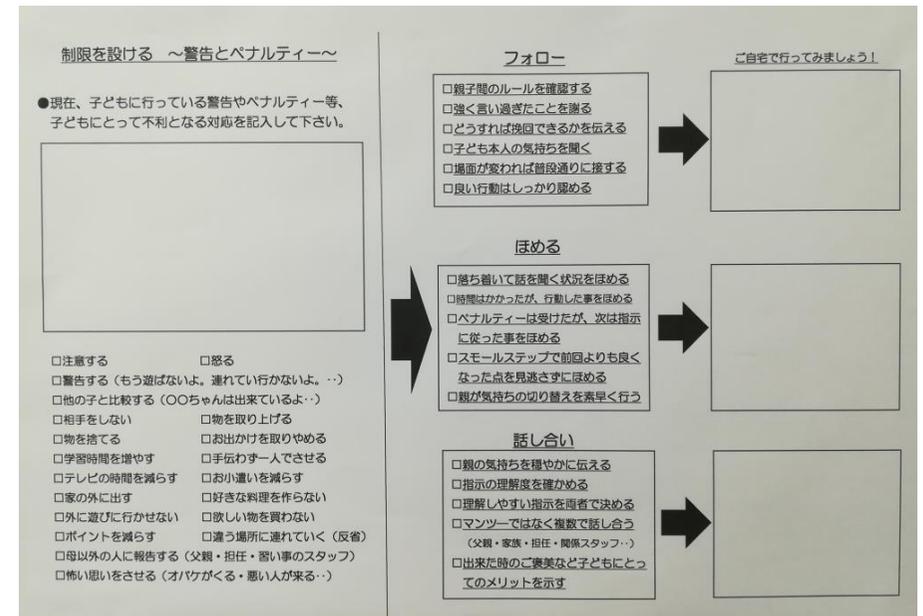
次に今回のテーマである「制限する～警告とペナルティ～」について講義とグループワークを行いました。

今回の一番大切なポイントは、ペアレントトレーニングは、「ほめる」「認める」「待つ」という肯定的な対応が基本ということです。様々なスキルやコツを学びますが、全ては子どもを「ほめる」「認める」ためにトレーニングを行っています。

今回のテーマである「制限」「警告」「ペナルティ」も同じです。子どもに対して「警告」や「ペナルティ」を与えますが、目的は「ほめる」「認める」ためです。

ただ一方的に大人側が決めたことを強制するために「制限」「警告」「ペナルティ」を便利に使ってははいけません。

そこで今回は、「制限」「警告」「ペナルティ」の適切な使い方や目的、その後のフォローなどを講義とグループワークを使って具体的に学んでいきました。



参加者の感想

- 「自分の育児を客観的に振り返る機会になっています。」
- 「じっくり話せる時間をとってもらったので良かったです。」
- 「私にとっては感情のコントロールが最大のポイントです。」
- 「警告の具体的な出し方が分かって良かった。」