

令和7年9月13日

「はらペコ・小さな目のクジラ・かなで 3校合同ペアレントトレーニング③」

3事業所合同・保護者向けペアレントトレーニング③

福岡市南区で放課後等デイサービス事業所を運営されている「はらペコ」さん、「小さな目のクジラ」さん、「かなで」さんの3事業所を利用している児童の保護者様を対象にしたペアレントトレーニングの講師を務めさせて頂きました。

今回のペアレントトレーニングは、全6回シリーズで行います。本日はその第3回目のプログラムを行いました!

13名の保護者と支援者の方々にご参加頂きました。

第3回目は、「ほめるコツ」をテーマに講義とグループワークを行いました。まずは、前回皆さんと一緒に学んだ「ほめる」際に大切な8つのポイントを振り返りながら、ご家庭での関わり方や親子関係の変化、大人側の感情のコントロールについてグループごとに発表し合い共有して頂きました。

ペアトレーニングを学ぶことは親子関係の改善において、とても効果的ですが、それと同じくらい心から共感できるメンバーと素直な意見を出し合い共有することも大きな効果をもたらします。そのため、はこでみペアトレでは、参加者同士でおしゃべりし合う時間をたっぷり取っています。

次に今回のメインテーマである「ほめるコツ」について講義を行いました。「ほめる」という行動の概念の幅を広げ、日常生活の中で頻度高く「ほめる」ことを実行できるコツを具体的にお伝えしました。

子どもを変えたいなら、まず自分が変わる。自分を変えたいなら無理せず余裕を持って取り組める方法を見つけることが大切です。

今回のペアレントトレーニングでは、参加された皆さんと楽しく真剣に「ほめるコツ」について学び、我が子のペースに合わせて臨機応変に「ほめる」を使いこなせるスキルを身につけていきました!

