

令和7年 11 月 22 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④」

3事業所合同・保護者向けペアレントトレーニング④

福岡市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4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4回目は、「スペシャルタイム」をテーマに講義とグループワークを行いました。

まずは、前回皆さんに宿題として出した「ほめた後の子どもの反応を確認する」について、ご自宅での取り組み結果をグループ内で発表して頂きました。グループの中でたくさんの感想が出されていましたが、反応はお子様によって様々です。飛び上がる程喜ぶ子もいれば、ノーリアクションの子もいます。ご参加の皆さんは、我が子の反応を分析することで、喜ぶポイントや効果的な関わり方など、子どもに合わせた「ほめ方」を見つけていらっしゃいました！

次に今回のメインテーマである「スペシャルタイム」について講義を行いました。ペアレントトレーニングでの「スペシャルタイム」とは、お子様と保護者の二人きりで、子どもの好きなことをして遊べる時間(1回あたり15分～20分)のことです。この時間を利用して我が子の遊び方や興味関心を観察しながら受容的にほめる練習をします。

そこでまずは、お子様と二人きりになれる時間を皆さんに考えて頂きました。大人は日常生活の中で常に時間に追われ心の余裕がない状況がほとんどです。そんな状況では、穏やかな気持ちでお子様と接する事が出来ず、むしろイライラした気持ちで否定的に関わってしまいがちです。そんな状況を改善するために「スペシャルタイム」を導入し、親子関係の改善や肯定的な関わりを増やすことを目指していきます！

参加された保護者の皆様全員が我が子のために一生懸命二人きりの時間作りに取り組んでいらっしゃいました！

次回のペアレントトレーニングで参加者の皆さんがお子様と2人きりで実施した「スペシャルタイム」のお話を聞くのがとても楽しみです！

