『ペアレント・トレーニング入門講座』報告

平成31年3月8日、有明ペアレント・トレーニング研究会から言語聴覚士：夏目尚（なつめ　たかし）さん（障害者支援施設あけぼの苑　施設長）を講師に迎え、『ペアレント・トレーニング入門講座』を開催しました。

当日は、保護者、放課後等デイサービス事業所、相談支援事業所から27名の参加がありました。

ぺレント・トレーニングとは、ADHDのお子さんを育てる、親御さんのために開発されたプログラムで、行動分析学を基本に、親の関わり方を変えることで、子どもの行動を変え、注目の力、ほめる力を武器に、親子関係の悪循環を良い環境に変えていくものです。保育士・教員向けのプログラムは、ティーチャーズ・トレーニングと言います。

今回は入門講座ということで「ぺレント・トレーニングとは何か？」という説明を中心に90分の講座でした。内容を凝縮すると、『子どもの好ましくない行動には注目せずに、子どもが少しでも好ましい行動をしたときに、すかさずほめる。100％の行動ではなくても25％でほめる。ほめることで子供の行動を好ましい行動に変えていく』ということです。他にも、情愛と規範の関係、指示の出し方、指示の種類など、大変わかりやすく説明されました。

実際のペアレント・トレーニングのプログラムは、9回から10回シリーズで1回90分～120分。固定メンバーで、1クール5人がベスト。月2回開催するとして4，5カ月かかるとのことです。

参加者からの感想を一部紹介いたします。

・ほめることの大事さ、小さなことでもほめる25％ルールはとても良いと思いました。

・ほめることが不足していたと強く思いました。今後は子供の小さな良い行動からほめていきたいと思います。

・ついつい100％できることを待ってしまい、怒ることが多かった。25％ルールを取り入れてみようと思います。

・ペアレント・トレーニングをすることの意味や目標がわかりやすく理解できたと思います。目に見えるもの、ことに対しての関わり方で良い循環が増える。実践的な関りを学べればと感じました。25％ルールは目からウロコでした。気持ちが楽になりますね。

・保護者にも、子供さんにも、先生方にもとても必要な手法だと思います。

・ほめることが大事だということ、わかってはいたが見過ごしていることも多かったと感じた。25%ルールを実践していきたいと思いました。

この講座開催のきっかけは、発達障害と診断されたお子さんに対して、親としてどういう接し方をしていいのか対応を学びたいというお母さんからの相談でした。

八女地区では、定期開催されておらず、近隣市でも取り組みの少ないプログラムです。

必要な時に、すぐに学ぶことができる社会資源として、今後は八女地区での定期開催を検討していきます。

※保護者向けのペアレント・トレーニングは、2019年5月29日から開催が決定しました。

※2019年度は、ペアレント・トレーニングを２クール、ティーチャーズ・トレーニングを1クール開催予定で

す。

※入門講座のDVD鑑賞をご希望の方、関心のある方は、リーベルまでお問い合わせください。

＜入門講座の様子＞





