

# けんしゅうしましよ

5号

R1.8.8

文責 鈴木

## 教師力アップ研修会を終えて

7月16日(火)ペアレントトレーニングトレーナーの大和田彰子先生をお招きして「教師力アップ研修会」を行いました。「ペアレントトレーニングから学ぶ～笑顔がふえる楽しい子育ての方法」と題して講演をしていただきました。



### ○ペアレントトレーニングとは

・「育てにくさのあるこども」を育てている親を支援するためのプログラム。どのような子どもの子育てにも役立つ。アメリカのカリフォルニア大学でADHDなどの発達障害を研究しているチームが開発した。発達障害やADHDなどの障害のある子どもの保護者が、叱ってばかりの毎日から、楽しく子育てできるように考えられたプログラムであるが、障がいにかかわらず、子育てに悩む親にとって役立つヒントがたくさん含まれている。

#### ◎子どもを変えるのではなく保護者がよりよい対応を身に付ける

→保護者が変われば子どもが変わる

### ○親子の悪循環からプラスの循環へ・・・ほめる

・子どものよいところを見つけ、意識的にほめることによって好ましい行動を増やし、困った行動を減らすことができる。

### ○行動を3つに分ける

- ・好ましい行動・・・肯定的な注目をする(ほめる・喜ぶ・感謝する・興味や関心を示すなど)。
- ・好ましくない行動・・・注目を外し、好ましい行動を待つ。い。チャレンジしてほしい。
- ・危険な行動・許しがたい行動・・・警告をする・制限を設ける。

### ○ほめ方のコツ・・・25%ルールで！

・パーフェクトを待たずに、できているところを見つける。ほめ言葉でなくても、その行動に気付いていることを知らせるだけでもよい。

#### ○指示を出すときの合い言葉・・・CCQ

・穏やかに(Calm)近くで(Close)声のトーンを抑えて(Quite)指示に従えたら25%ルールでほめる。

\*日常の指導に生かせそうなものもありました。少しずつ実践に役立てたいですね。

