

ペアレントトレーニングに参加された

保護者の感想をご紹介します



5日間という短期間に、凝縮された内容の濃い講義と、グループワークを受けさせていただいた。

自分なりに本を買って読んだりしてみたが、やはりライブでの参加が1番効果的だと感じた。

初めて得た知識や『なるほど』と納得したことが、いくつもあった。また、「これはうちでもできていた。合っていたんだ」とわかったこともあった。

もし今回ペアトレを受けてなかったら、子どもが頑張った努力や、得られた成果も半減していただろうと思う。

受講して本当によかった。

普段から褒めることを大切にしてきたが、怒ってしまうことも多くあった。

これからも、子どもの行動をスモールステップで褒めることが大切と改めて感じた。環境を整えたり、声をかけて見守ったりして、親子で次のステップを目指していきたい。

あと一歩でできることから、褒めることが大切と学んだ。環境を整えることも重要だとわかった。

今まで、本を読んだだけでは上手くいかなかったこと（ほめかたや、うまくいかない時の対応など）が、具体的にわかって良かった。講義でも、具体的な例を挙げてもらい、大変わかりやすかった。他の保護者の方にも、色々教えてもらい、うまくいくようになったことが、たくさんあった。

通院先でもペアトレに参加し、ほめる大切さを学んだが、実践するのが難しいと感じていた。継続して学ぶことが必要と思い参加した。

今回参加して子どもへの要求が過大になりがちと気づいた。

改めてスモールステップを忘れないように気をつけようと思った。

全ての行動には理由があるので、行動の裏の理由を考えることが大切と学んだ。

そのためには、子どもの行動をよく観察し、記録をつけてみること。

子どもたちは褒められる機会が少ないので、よく観察して、タイミングよく褒めることが必要と感じた。

子どもの行動に注目し、それに合った声かけをすることによって良い行動を増やしていけるとわかった。

自分でも工夫していこうと思った。

講師の先生の専門的な話に加えて、他の保護者の様々な工夫も知ることができて、参考になった。

日常生活の中で、学んだ全ての内容を実行することは難しいと思うが、集中しやすい環境作りや、学習しやすい工夫などは、すぐにできそうなので、取り組めそうなことから、取り入れていきたい。

今回、ペアトレに参加したことで、自分自身も少し成長できたように思う。