

2022年度 発達ネウボラプロジェクト

発達障害支援室 家族支援事業

令和4年9月～11月にペアレントトレーニングを行いました。



青森病院 発達支援室 ペアレント・トレーニング



コロナ禍で実際に顔を合わせてお話をすることが減った中、令和4年9月～11月にかけて、対面式でのペアレントトレーニング（ペアトレ）講座を行うことができました。参加者は4名で、全5回の講座が和やかでアットホームな雰囲気で行われました。最後には「もっと続けたい」と皆さんがおっしゃるほど、メンバー同士の絆も深まりました。

ペアトレは子どもの行動変容を目的として、親がほめ方や指示などの具体的な養育スキルを獲得することを目指します。具体的には、「小さくても子どものできている行動」を認めてほめることを続けていくようにします。そうすることで、保護者の方が子どもの行動を理解しやすくなり、「適応行動が増えた」「うまくいった」という成功体験を、親子で得ることができるようになっていきます。また、ペアトレはグループの中で他の保護者と出会い、自分自身の子育ての悩みを語ったり、それぞれの子どもに応じた具体的な関りや環境調整の工夫を学んだり、子どもとともに成長していく場を提供します。

今後はさらに、地域の親の会等の支援に繋がり、ライフステージを通じた地域での家族支援が可能になるよう、活動を続けていきます。

文責 齋藤