

# 児童発達支援センター知的単独部門における

## ペアレントトレーニングの実際

めばえ学園

### 1. はじめに

めばえ学園（以下、「当園」と表記）は、発達障がい者支援センターと連携して、平成30年度から単独通園部門の年長児の保護者を対象とした「ペアレントトレーニングPステップ」を開始しています。令和2年度からは、年少・年中児の保護者を対象に「ペアレントトレーニングこあら」（以下、「ペアトレ」と表記）を実施しました。ここでは、ペアトレの参加者のアンケート分析を通してみえてきた、ペアトレの意義について考察します。

### 2. 目的と方法

ペアトレは、子育てに困り感を持っている保護者が、子どもとの関係性のなかで生じる悪循環を断ち、効果的な対応を身に付け、親子ともに自己肯定感が持てるようになることを目的としています。

当園に在籍する年中・年少児の保護者のうち、参加を希望する方を対象とし、グループの定員は4名としました。参加人数は、令和2年度は5名、令和3年度は8名の計13名（母12名、父1名）となり、両年度とも2グループに分けた上で、同日の午前と午後の2回に分けて、実施しました。

### 3. 内容と進め方

#### 【第1回】オリエンテーション：行動を3種類に分けてみよう

- ・行動を好ましい行動、好ましくない行動、危険な行動の3種類に分け、子どもの行動を客観的に観察することを学ぶ。
- ・「行動」とは、「～する」と表現できるもので、優しい、飽きっぽいなどの性格や性質とは異なることを学ぶ。

#### 【第2回】ほめ方のコツ

好ましい行動に注目してほめることについて具体的なコツをロールプレイで学ぶ。

#### 【第3回】好ましくない行動を減らす～効果的な指示の出し方～

好ましくない行動を減らすために指示を出すテクニックを学ぶ。

#### 【第4回】まとめ

3回目までに学んだテクニックを活かしたロールプレイと学習の振り返りを行う。

【表1】

2週間に1回の頻度で実施し、第1回目～第4回目の各回は、①前回の振り返りと宿題の発表（2回目以降）、②課題の解説、③ロールプレイ、④話し合いの内容で進めました（表1）。

宿題では、ロールプレイで練習したほめ方や指示の出し方を家庭で実践し、記録をしてもらいました。また、事前に保護者やお子さんについての情報を担任と共有し、配慮点を確認しました。その他にも、保護者自身が自己肯定感を持てるよう、参加した保護者の関わりや

発言の良いところを共有し、互いにほめ合うことを軸に進め、第4回の最終回には、表彰状を渡し、達成感が味わえるようにしました。



←表彰状

### 4. アンケート調査

ペアトレの初回（第1回目）と最終回（第4回）の終了後に、保護者13名に配布しました。

設問は、表2の1～10項目（4段階評価：よくある[3点]、時々ある[2点]、あまりない[1点]、全くない[0点]）と、子育ての達成感（10点満点）に関する項目の計11項目（表2）とし、その他、ペアトレに関する感想を自由記述で書いてもらいました。

	設問内容	評価
1	子どもについて、「行動」のことで悩む	4段階
2	子どもに対して、感情的になる	々
3	子どもについて、「具体的な行動」で見ることがある	々
4	子どもの行動について、ほめることを意識することがある	々
5	子どもにとってピンと来るほめ方を探すことがある	々
6	子どもの行動の“前”に、自分の関わり方を工夫しようとする	々
7	子育てにやりがいを感じる	々
8	何とか子育てをやれている気がする	々
9	子どもの行動の理由がわかる気がする	々
10	子どもとの関わり方がわかる気がする	々
初回	子育ての達成感？	10点満点
最終回	子育ての達成感？	

【表2】

### 5. アンケート結果（設問：1～10項目）

アンケートは、保護者13名全員から回収しました。ここでは設問のうち、特に変化が見られた4項目について報告します。なお、4段階評価は集計した平均点を算出しました。

設問「②子どもに対して感情的になる」は、「よくある」と答えた方が、1回目の6名から4回目は0名と減り、感情的にならずにお子さんと接することができるようになった方が増えたことが分かりました（図1）。

設問「③子どもについて『具体的な行動（具体的に子どもが何をしているか）』で見ることがある」は、「よくある」と答えた方が、1回目の5名から4回目の10名に増え、お子さんの行動を客観的に見ることができるようになった方が増えたことが分かりました（図2）。