

第2回家庭教育支援指導者等研修 実施レポート

日時：令和8年7月16日（木）10時～15時 参加者：37名（うち市町村等から26名）
会場：秋田県生涯学習センター 講堂

「保護者と子どものより良いかかわり方や支援のあり方を学ぼう」というテーマのもと、第2回研修を行いました。本研修では、児童虐待防止の観点から親と子の有益な相互関係を築くペアレントトレーニングについて学びました。講話やDVD視聴に加え、グループに分かれて具体的なシチュエーションを想定したロールプレイを実践し、肯定的なしつけのスキルや自分自身の感情をコントロールする方法を学ぶ、実践的で充実した研修となりました。

【午前の部 講話・演習】

郡山家庭教育を支援する会の教育相談委員会委員長 **圓谷 円（つむらや まるみ）** 氏に「ペアレントトレーニングで学ぶ、親と子の幸せなかかわり方～子どもの自信を育む、大人のステップアップ～」というテーマでお話いただきました。はじめに、ペアレントトレーニングとは、親子関係を悪循環から好循環へと導くための具体的なアプローチを体験的に学ぶ手法であることが紹介されました。親が「怒鳴らず・驚かせず・待てる」ようになることで子育てに自信をもち、子ども自身も感情をコントロールする力を育む効果があり、このような子どもの心の育ちの土台となる「基本的信頼」は、乳幼児期における日々の関わり（薄い和紙を積み重ねるような関わり）によって育まれるとの説明がありました。続いて、親子関係を好循環へ導くためのペアレントトレーニングの概要についてDVD視聴後に意見発表をしながら学びました。演習前のグループワーク（6人）では、自己紹介や日頃の支援活動について情報交換を実施し、参加者間のネットワークを深め、ロールプレイに向けて心をほぐす貴重な機会となりました。その後の演習では3人グループに分かれ、セクション3（6段階のペアレントトレーニングの1つ）「効果的なほめ方」のロールプレイを親役・子ども役・コメント役に分かれて実施しました。ただ褒めるだけでなく「理由を具体的に伝えて褒める」「良い結果を与える」というステップを実践し、肯定的な関わり方を体験的に学びました。



【午前の部 参加者アンケートより】（抜粋）

- ・講師の方の明るい雰囲気の中、大変分かりやすかったです。
- ・6つのセクションの良い例・悪い例を見て、時間をかけてでも子どもと向き合うことが大切だと実感しました。
- ・「ペアレントトレーニング」の言葉は知っていましたが、実際にふれてみてその概要や理念を知ることができました。

【午後の部 講話・演習】

午後も引き続き、**圓谷 円** 氏より、6段階のペアレントトレーニングのセクション5「問題行動を正す教育法」および、セクション6「自分自身をコントロールする教育法」の2つに関する講話と演習が行われました。セクション5では、兄弟喧嘩や勝手な外出などの場面を想定し、ロールプレイを実施しました。共感的に介入すること、子どもが「しまった！」と思う体験を与えること、してほしい行動を説明し練習させるというステップに沿って、冷静に対応するスキルを磨きました。続くセクション6では、親自身が怒りを爆発させないための「落ち着くヒントプラン」を作成し、ロールプレイを実施しました。子どもが反発した場面でも、深呼吸などの落ち着くアプローチを親が実践し、子どもにもその方法を教え練習させる手順を学び、現場の家庭教育支援にも活かせる深い気づきを得る時間となりました。また、各セクションのグループ演習後に、代表グループによるロールプレイの発表が行われました。参加者は他のグループの多様な関わり方やアプローチを共有できたことで実践的な対応の引き出しが増え、大変参考になった様子でした。



【午後の部 参加者アンケートより】（抜粋）

- ・ロールプレイをすることで、冷静になって応じることの大切さを実感しました。アンガーマネジメントにも通じる「落ち着いて」を心に留めておきたいです。
- ・自分だけでなく、他者の意見や関わり方をきくことができ大変参考になりました。