家庭数配布

保護者宛第９１号

希望

清瀬市立清瀬第三小学校
学校便り　　１１月号
令和８年１０月３０日発行

ペアレンティング・トレーニングについて

副校長　大西　一緒

先日の清瀬教育の日の学校公開と防災教室では、多くの保護者や地域の方々にご参観いただきありがとうございました。通常の学習だけでなく、体験学習等の多彩な学習場面も計画しました。特に、防災教室では、地域の皆様と連帯する中で防災の意識を高められたと思います。ご協力に感謝いたします。

さて、日々の学校では、お子様の様子について、保護者の皆様と担任や教職員が電話や廊下、教室等で話し合っている姿が常に見られています。担任や教職員の話を丁寧に聞いていただいている様子が見られ、本当に有り難く思っております。子供たちへの支援について書かせていただきます。

ペアレント・トレーニングではなくペアレンティング・トレーニングという言葉はご存知でしょうか。恥ずかしながら、最近になってこの言葉を資料を読んで初めて知りました。脳科学者で小児科医の成田奈緒子さんが「子育て科学アクシス」で実践されているトレーニングだそうです。ここでのペアレンティングとは、子供を見守る大人が子に与える養育環境を指します。親子の会話や日常生活を工夫することで、子供の困り感の改善を目指します。具体的には、ブレない生活習慣の確立や親子がお互いを尊重して協力し合う、怒りやストレスの適切な対処法の共有、親子が楽しめるポジティブな雰囲気づくり等です。子供の発達の困り感に対しての対処法として、ペアレント・トレーニング（ペアトレ）もあります。子どもの望ましい行動を増やすために保護者が子供との接し方や環境調整を学ぶ点は同じですが、成田さんは違いについて説明しています。「ペアトレでは、子供が正しい行動をしたら認め、できなかったら注目しません。しかし、保護者が決めた善悪や価値観で、子供を支援しようとするのは、危険で限界がある場合がある。子供にとっては、生きづらい家庭になる場合もある。ペアレンティング・トレーニングは子供ではなく保護者を変えて、それに影響された子供が変わっていく。ペアトレとは根本から違います。」実践例では、保護者が変化し、子供が成長していく姿が紹介されていました。

つまり、子供を変えようとするのではなく、子供を見守る大人が変わることを大切にするという考え方です。大人が自分を振り返って変化していく大切さを訴えています。

精神科医の岡田尊司さんの「ADHD の正体」という著書の一部もご紹介します。「子供の問題は周囲の対応次第で大きく変わる。問題行動に目を向けるのではなく、関係の改善を目指す。そのために大人は、自身を見つめ直す必要がある。子育ての問題は、結局、自分自身と向き合うことでもあるのだ。子供の行動に対して、大人の方に受け入れられない気持ちがあると、否定的なかかわりになりやすく、怒りや敵意をぶつけてしまい、事態を悪化させてしまう。そのメカニズムを知ることである。」「子供を見守る大人となった今、子供に対して抱く敵意は、自分が過去に向けられた敵意の傷跡かもしれない。未解決な心の傷を引きずっている場合もある。その呪縛を乗り越えるためには、大人が自分自身を振り返り、自分の親との関係をも含めて自分を客観視できるようになることが必要である。自分の親の立場に立って状況を見直すというところまでたどり着けて初めて、とらわれから自由になることもできる。それは容易なことではないが、子どもの問題をきっかけに自分の問題に気付き、真剣に取り組んだケースでは、親子と共に大きく変わっていくことが多い。共通して語られるのは、この子のことがあったから、今までおろそかにしてきたことに向き合えた、大切なことに気付けたといった言葉である。」

参考例の一つとして、自戒を込めて紹介させていただきました。担任や教職員の話を丁寧に聞いていただいている保護者の皆様の姿は、通じるものがあると思っています。

11月の行事予定

数字は授業時数

日	曜	AS	学校行事　SC：スクールカウンセラー勤務日	市行事・PTA他	1年	2年	3年	4年	5年	6年
1	日									
2	月		安全指導（全）ふれあいアンケート（全）　SC		5	5	5	6	6	6
3	火		文化の日							
4	水	／	全校朝会		4	5	5	5	5	5
5	木		避難訓練（二次避難）		5	5	6	6	6	6
6	金				5	5	6	6	6	6
7	土									
8	日									
9	月		SC		5	5	5	6	6	6
10	火				5	5	6	6	6	6
11	水	／	朝学習　委員会⑦		4	5	5	5	5	5
12	木				5	5	6	6	6	6
13	金		避難訓練（二次避難）予備日		5	5	6	6	6	6
14	土									
15	日									
16	月		（昼）たてわり班遊び　SC		5	5	5	6	6	6
17	火				5	5	6	6	6	6
18	水		本の時間　親子読書の日　メディア・コントロールデー	読み聞かせ　避難所運営協議会　円卓会議	4	5	5	5	5	5
19	木	／	学習発表会リハーサル		5	5	6	6	6	6
20	金	／	学習発表会		5	5	6	6	6	6
21	土	／	学習発表会　給食あり	テトラパック回収　いらっしゃいカフェ いらっしゃい図書館12:00～16:00	5	5	5	5	5	5
22	日									
23	月		勤労感謝の日							
24	火		振替休業日	電気点検9：30～12：00（停電）						
25	水	／	朝集会　クラブ⑦　会場片付け（5）		4	5	5	5	5	5
26	木				5	5	6	6	6	6
27	金	／	5h授業（5-1研究授業6h）		5	5	5	5	6	5
28	土									
29	日									
30	月		SC		5	5	5	6	6	6

短なわ旬間　相談週間　持久走旬間

〈下校時刻〉　授業時数「4」…13:00，「5」…14:00，「6」・委員会…14:45，クラブ…15:00

通常はAS（放課後遊び，補習学習）もあります。「AS」の欄の／は，全校ASなしの日です。

特別活動

たてわり班遊びでは、6年生が中心となり、他学年のみんなを楽しませようと一生懸命に遊びを考え、先頭に立って引っ張ってくれました。そのおかげで、どの班も笑顔があふれる楽しい時間を過ごすことができました。下級生たちには、頼もしい6年生の姿から多くのことを学び、「次は自分たちが学校のために何ができるか」を考えて行動できる、次のリーダーへと成長していってほしいと思います。

11月には、学習発表会があります。どの学年・学級も本番に向けて練習を頑張っています。当日は、子供たちが一生懸命に輝く姿を、ぜひ楽しみにしていてください！




