

ペアレント・トレーニングのご案内

～ 親と子どものよりよいコミュニケーションのために ～

はじめに

ペアレント・トレーニングとは・・・

アメリカで生まれたトレーニング・プログラムです。

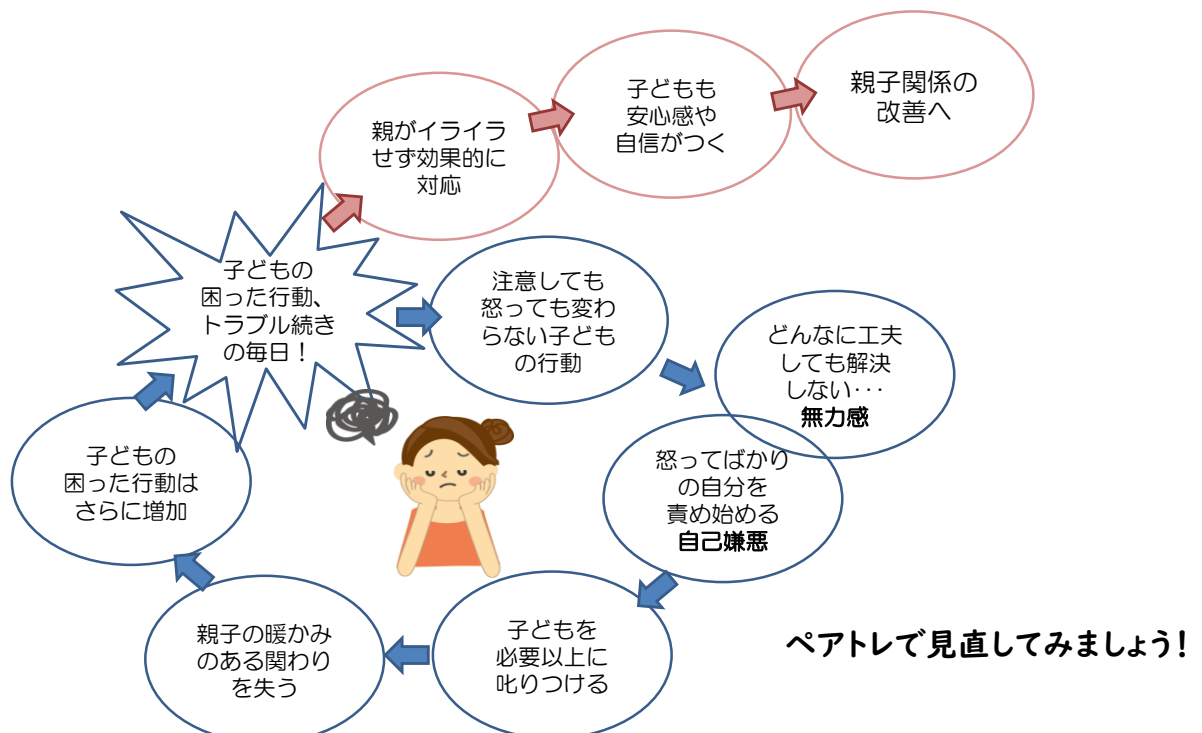
子どもをトレーニングするのではなく、保護者がよりよい対応を身につけるトレーニングをします。

ペアレント・トレーニングでできること

- ① 子どもの行動の特徴を理解し、よい行動を増やせます。
- ② 困った行動を減らす方法を学びます。
- ③ 行動の改善を目指します。性格を変えるものではありません。
- ④ 親子関係を見直すチャンスになります。
- ⑤ 同じ悩みをもつ親どうし、相互に分かち合うことができます。

こんなことに悩んでいませんか？ 落ち着きのないお子さん、気持ちの切りかえが苦手な

お子さん、トラブルの多いお子さんをめぐって、親子関係でおこりやすい悪循環・・・



プログラム（2020年度 就学前保護者グループ）

（参加人数の調整などのため、予告の上、変更させていただく可能性があります）

- | | | | |
|-----|---------------|-------------|---------------------------------------|
| 第1回 | 2020年4月28日(火) | 10:40~12:10 | 行動に着目しましょう |
| 第2回 | 2020年5月26日(火) | 10:40~12:10 | 肯定的な注目を与えましょう |
| 第3回 | 2020年6月16日(火) | 10:40~12:10 | 子どもの協力を引き出す指示の伝え方 |
| 第4回 | 2020年7月7日(火) | 10:40~12:20 | スペシャルタイム・自分の怒りと上手に
付き合う・ストレスマネジメント |
| 第5回 | 2020年8月25日(火) | 10:40~12:10 | 好ましくない・減らしたい行動への対処 |
| 第6回 | 2020年9月29日(火) | 10:40~12:10 | ペナルティの使い方 と まとめ |

会場：子育てステーション世田谷 発達相談室

（昭和女子大学 1号館5階 生活心理研究所心理臨床相談室内）

参加費：無料

託児：お子さまの託児が必要な場合は、子育てステーション世田谷「ほっとステイ（一時預かり）」

（有料 03-3411-8300）をご利用ください。預けられない場合には、ご相談ください。

お願い

- ・ ご参加いただけるのは、世田谷区内在住で、子育てステーション発達相談室、発達障害相談・療育センター「げんき」等をご利用中の保護者様です。（その他の方もご相談ください）
- ・ プログラム中に知り得た参加メンバーの個人情報等につきましては、お互いのプライバシーを守りあえるよう、ご協力をお願いいたします。また、当プログラムの時間外での参加メンバーどうしの交流については、各自の責任において行ってください。
- ・ 定刻になりましたら開始しますので、あらかじめご了承ください。
- ・ このプログラムは、宿題をやってきていただくことで、保護者様によりよい対応を学んでいただけるものとなっております。宿題を必ず行い、積極的に取り組んでいただきますようお願いいたします。
- ・ お母様はもちろん、ご両親での参加、お父様の参加も歓迎いたします。

お申込み方法（お申込みの受付はメールのみです）

お申込みの受付はメールのみでお受け致します。メールに、次の内容をご記入の上、お申込みください。

- ① 参加される方のお名前
- ② 住所（書類を送らせていただきます。）
- ③ 日中連絡がつく連絡先
- ④ お子さんの年齢
- ⑤ このペアレント・トレーニングの紹介を受けた機関名

受付締切：2020年3月2日(月)（希望者が多数の場合は抽選になります）

申込み先：kosodate@kshowa.or.jp ※このメールは自動返信にはなっていません。

参加の可否にかかわらず 3月3日(火) 午後16:00までにメールにてお返事させていただきます。

3月3日(火) 16:00までに連絡が届かない場合は、下記連絡先までお問い合わせください。

連絡先：〒154-8533
東京都世田谷区太子堂1-7昭和女子大学生生活心理研究所内
社会福祉法人共生会 SHOWA 子育てステーション世田谷 発達相談室
070-6554-8801（電話受付 毎週火曜日13:00~17:00）
※ペアトレにつきましては電話での受付は行いません。