

# 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。

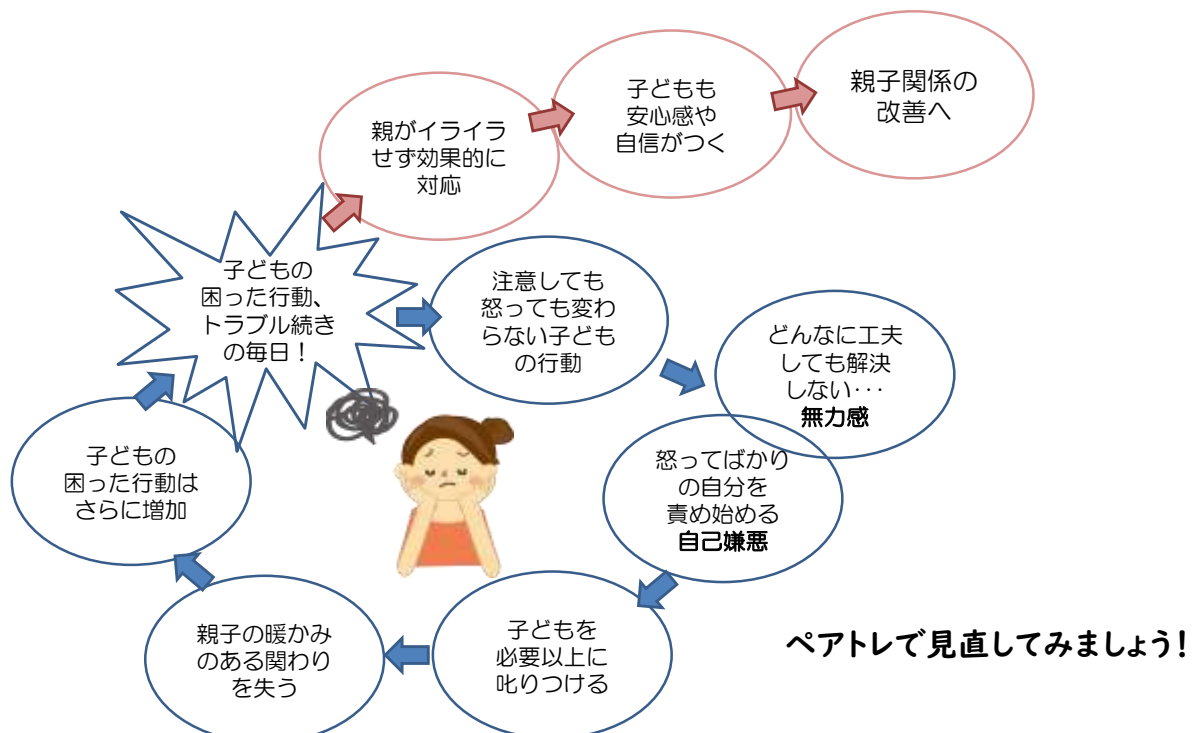
子どもをトレーニングするのではなく、保護者がよりよい対応を身につけるトレーニングをします。

## 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（2023年度前期 小学生以上保護者グループ）

（新型コロナウイルス感染症の感染拡大状況等により、延期や動画視聴に変更させていただく場合があります）

- 第1回 2023年4月20日(木) 10:40~12:10 行動に着目しましょう
- 第2回 2023年5月18日(木) 10:40~12:10 肯定的な注目を与えましょう
- 第3回 2023年6月15日(木) 10:40~12:10 子どもの協力を引き出す指示の伝え方
- 第4回 2023年6月29日(木) 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 2023年7月13日(木) 10:40~12:10 好ましくない・減らしたい行動への対処
- 第6回 2023年9月14日(木) 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、「ほっとステイ SHIP DAY NURSERY(一時預かり事業)」  
(有料 03-3411-8300 要事前登録)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)
- ・第1回から第6回まで全回通して学んでいただくプログラムになります。
- ・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（お申込みはメールでお願いいたします）

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お子さんの年齢と学年(2023年4月時) 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 :2023年3月22日(水) (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](mailto: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23日(木)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23日(木)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 第2・3・4木曜日10:00~17:00)  
※ペアレント・トレーニングにつきましては電話での受付は行いません。