

# 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。

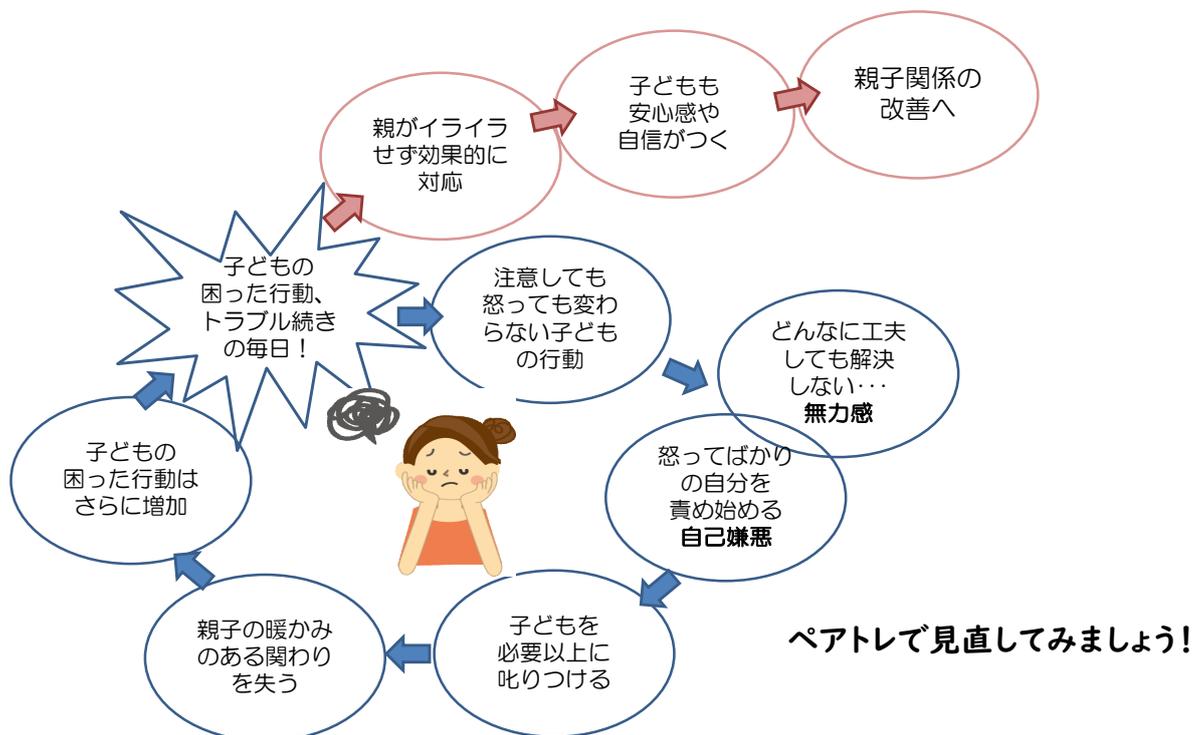
子どもをトレーニングするのではなく、保護者がよりよい対応を身につけるトレーニングをします。

### 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（2026年度前期 18歳未満のお子様の保護者グループ）

- 第1回 2026年4月22日(水) 10:00~12:00 「行動に着目しましょう」
- 第2回 2026年5月13日(水) 10:00~12:00 「肯定的な注目を与えましょう」
- 第3回 2026年5月27日(水) 10:00~12:00 「子どもの協力を引き出す指示の伝え方」
- 第4回 2026年6月10日(水) 10:00~12:00 「スペシャルタイム・自分の怒りと上手に付き合う」
- 第5回 2026年6月24日(水) 10:00~12:00 「好ましくない・減らしたい行動への対処」
- 第6回 2026年7月8日(水) 10:00~12:00 「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

世田谷区下馬2丁目37-15 昭和女子大学 S-B 棟2階(三軒茶屋駅 徒歩7分)

参加費： 無料

託児： なし 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。

### お願い

- このプログラムは、世田谷区の委託を受けて子育てステーション世田谷発達相談室が行っております。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。
- 自然災害や感染症、その他の都合により、予告の上、日時や会場を変更させていただく場合があります。

### お申込み方法（ホームページの申込フォームからお申込みください）

お申込みフォームに従い、下記の必要事項を入力してください。

- ①参加される方のお名前 ②住所 ③日中連絡がつく連絡先(携帯電話等) ④メールアドレス
- ⑤お子様のお名前、生年月日、年齢、学年 ⑥このペアレント・トレーニングの紹介を受けた機関名
- ⑦応募動機 ⑧ペアレント・トレーニングに期待すること

受付締切：2026年3月17日(火) (希望者が多数の場合は抽選になります)

申込み先：ホームページ(下記QR)の申込みフォームよりお申込みください。

参加の可否にかかわらず 3月25日(水)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25日(水)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：〒152-0002

東京都世田谷区下馬2丁目37-15 昭和女子大学 S-B 棟2階

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

03-6450-9566 (開室時間 水・木・土曜日 10:00~18:00)

kosodate@kshowa.or.jp