



ペアレントトレーニングのご案内



～ペアレントトレーニング（以下略称ペアトレ）とは～

行動療法に基づいた「肯定的で一貫したやり取り」によって、親子の悪循環を断ち、コミュニケーションをスムーズにすること、親子それぞれの自己評価の低下を防ぐことを目指します。

○受講対象者



パパ、ママ等々、子育てに関わる全ての大人が対象です。お子さんの参加はご遠慮ください。

- ① 言葉がある程度理解でき、
 - ② 「ほめられてうれしい」と感じられるくらいの社会性が育っている
- お子さんに関わられている方に、特に役に立つものです。

○内容（全9回を2週間に1回90分のペースで開催します。）

以下の内容を、講義・ロールプレイ・宿題を通して、4～6人のグループで学びます。＊

1. 行動を3種類に分ける
2. 肯定的な注目を与える
3. 好ましくない行動を減らす①
4. 好ましくない行動を減らす②
5. 子どもの協力を増やす方法①
6. 子どもの協力を増やす方法②
7. 子どもの協力を増やす方法③
8. 制限を設ける
9. 学校・園との連携



＊受講後に時間を空けてフォロータイムをもつこともあります。



○受講料：10,000円（申し込み時に一括でお支払いいただきます。）

○開催場所：ハレルヤチャペル滝沢（ハレルヤ保育園隣接）

○開催日は、初回にお知らせいたします。

＊個別をご希望の方は、ご相談ください。

主催：森田小児科医院 019-662-

ペアトレ受講をご希望の方は、以下にお答えくださり、受付時に提出ください。

申し込み年月日 _____ 年 _____ 月 _____ 日

申し込み者氏名 _____

1. なぜ、ペアトレ受講を希望されましたか？
2. どこで、ペアトレの事を知りましたか？
3. 子育てで困っている事は、何ですか？
4. ペアトレに期待することを、教えてください。