

## ペアレント・トレーニングってどんなもの？

「子どもをほめて育てる」ことが大切だとよく言われます。でも、毎日子育てがうまくいかずに「ほめる」よりも「注意する」「叱る」ことが多くなり、親として落ち込んでしまうことはないでしょうか。子どもの発達に気がかりな部分があり、育てにくさを感じているとしたら、親子関係をプラスへと変えていくためにできることがあります。

ペアレント・トレーニングは、むずかしい子どもの行動の背景にあるものを理解して親が関わり方を見直すことで、子どもも親も自信を深めていくためのプログラムです。学習や体験を通じて、**具体的な効果的な子どもへの対応のコツ（ほめ方や指示の仕方など）を学びます。**

同じような悩みをもつ親どうしで、子育ての難しさを分かち合える場でもあります。子どもとの関わりに悩みや不安を感じているお母さん・お父さん、ぜひご参加ください。

**対象者** 精華町内に在住する、主に年長児の保護者（所属する園や保健師からの紹介を受けた方）

### 日程

**月 1 回（午前中の 2 時間）× 5 回（+ 終了の 3 か月後にフォローアップ 1 回）**

※これに加えて、就学に関する相談に強い「南山城相談支援センター」から講師をお招きする『特別講座 入学準備に向けて』を実施予定です。

### 開始時期

2021 年 1 月以降（3～4 名程度の参加者が集まり次第）

### 参加費

無料

### 場所

NPO 法人そら（Café こころくの上）

### 主催

精華町

### 実施機関

NPO 法人そら



### その他

5 回 + フォローアップ 1 回でプログラムが構成されていますので、基本的に全回を遅刻欠席なく参加できる方のみ申し込みをお願いします（ただし、やむを得ない理由での欠席があった場合は個別に補講を行う予定です）。

日程は参加するメンバー（3～4 名）のそれぞれ都合のつく日時で調整をつけながら、決めていきます。

毎回のテーマに沿ったミニ学習をしてから、それぞれの子どもへの対応方法をプログラムリーダー（指導者）といっしょに考えていく内容です。

申込をいただいた保護者の方とは事前に個別面接を行い、お話をうかがいます。

希望者多数の場合、先着順で締め切らせていただく可能性があります。

### 申込方法

12 月 1 日（火）12 時から受付を開始します。NPO 法人そらまで申込用紙を FAX するか、申込用紙の内容をメールまたは LINE（公式アカウント宛て）でお送りください。

### 申込・問い合わせ先

NPO 法人そら・いろいろな子どもと家族のための相談センターそら（担当：地主明広）

〒619-0240 精華町祝園西一丁目 8-1 ほうその共生ビル 3 階

TEL：0774-93-3814 FAX：0774-93-3826 LINE 公式アカウント（友だち追加）→

E-mail：nposora2003@yahoo.co.jp

