

子どもと大人の絆を深めるプログラム



**CARE (Child-Adult Relationship Enhancement)** とは、大人と子どもの関係を良くするために米国シンシナティこども病院で開発された心理教育プログラムです。

- ◆ 「どんな言葉かけがいいのかな」「上手く遊び相手ができているのかな」「イヤイヤ期なのか叱るばかりになって落ち込む」などお子様への関わり方に悩んでいる時
- ◆ 「乳幼児健診で子どもへの関わりを増やすように助言されたが、具体的にどうしてあげたらいいのかわからない」などお子様の発達について気になっている時
- ◆ 「子どもの相手をする時間が十分とれない」など忙しい中で子どもとの関係を大切にしたい時

CARE プログラムにはこのような時に役立つヒントが詰まっています。

CARE プログラムの特徴

- ◆ 親子の温かい関係性を強めることで、コミュニケーションの土台を整えていきます。
- ◆ 講義とともに親子の遊びの時間に具体的なスキルを体験していただきながら進めます。
- ◆ ご家庭でも毎日3～5分間取り組んでいただくので、実際的な学びになります。

これまで参加された方からの感想

- ◆ 「家庭で取りかかりやすく効果を実感した」「自然にほめることが増えた」「子どもとのかわりが楽しくなった」
- ◆ 「子どもからのコミュニケーションが増えた」「子どもが言うことをきくときが増えた」「子どものかんしゃくが減った」

当院で CARE プログラムの受講が可能です。一緒に CARE を学んでみませんか。

対象：幼児の親御さん（高橋内科小児科主治医の先生にご相談ください。）

内容：全4回（週1回1時間）費用：受診料のみ

1回目はご家族のみで来ていただき、2回目以降のお子様の同伴については相談して決めさせていただきます。

実施日 毎週 水 木 土曜日 午前9時 10時 11時



担当： 宇都宮 千賀子 (CARE-Japan ファシリテーター)

臨床心理士・公認心理師

前広島文教大学人間科学部人間福祉学科准教授

元広島県西部こども家庭センター次長・現在高橋内科小児科医院所属