

発達障害を有する  
保護者のための

# ペアレントトレーニング



ペアレントトレーニングは主に ADHD などの特性をもつ子どものことを理解し、家族関係の悪循環を絶ち、良好な親子関係を保ちながら子どもの行動に対処できるようになるための保護者のためのプログラムです。行動療法の理論に基づき、「好ましい行動」を増やし、「好ましくない行動」を減らすことを通して、子どもとのより良い関係を築くことを学んでいきます♪

日常生活でうまくいかないことが多く叱られてばかりの子どもは「いつも叱られてばかり」「どうせ何をやっても認めてもらえない」などと自信や意欲がなくなり、落ち込んで部屋に閉じこもったり、逆に周囲に反発して反抗的になったりして自己肯定感が持てなくなるという二次的な問題が起きてきます。

保護者の方がこのプログラムを学び実践されることで、お子さんの二次的な問題の軽減にもつながります。

じっくりと日常生活の中でこのプログラムの学びを活かし取り組んでいくために、2週間に1度のご受講をお勧めしています。

高橋内科小児科医院では個別でのペアレントトレーニングを行っています。

## ◆内 容：全8回

- ①オリエンテーション・現状を知る
- ②子どもの行動観察と3つのタイプ分け
- ③子どもの行動：のしくみ ABC
- ④親子タイムと環境調整
- ⑤成しやすい指示の出し方
- ⑥好ましくない行動への対応
- ⑦許しがたい行動への対応
- ⑧全体の振り返りとまとめ

◆対 象： 発達障害を有する概ね年中から小5までのお子さん（言葉による指示が可能で、ある程度共感性がある）の保護者で、お子さんとより良い関係を築きたいとお考えの方

◆お申込み： 診察時にお申し出ください。

お電話の場合は高橋内科小児科まで 082-879-3143

◆実施日程： 全8回 2週間に1回 約50分

◆場 所： 高橋内科小児科

◆担 当： 小早川祥子

（公認心理師 ペアレントトレーニングインストラクター  
アンガーマネジメントキッズインストラクタートレーナー）

