

# カモミールの会 ペアレントトレーニング

## ペアレントトレーニングって？

ペアレントトレーニングとは、保護者の方々子どもとのより良いかわり方を学びながら、日常の子育ての困りごとを解消し、子どもの発達促進や行動改善を目的とした保護者向けのプログラムです。

## ペアレントトレーニングの効果

### 保護者にとってのメリット

- 子供への接し方や褒め方・叱り方のコツなど、子育てスキルが身につく
- 子供への理解が深まることで、「なぜこんなことをするのか？」と感じるストレスが減る
- 落ち着いた気持ちで接することができ、子供との関係性が改善する

### 子供にとってのメリット

- 好ましい行動を増やせる一方、好ましくない行動を減らせる
- 日常生活に必要なスキルを身につけやすい
- 成功体験を積み重ねることで自信が生まれ、自己肯定感が高まる

## ペアレントトレーニングの予定

- ・時間：10:00-12:00
- ・場所：小田南生涯学習プラザ
- ・定員：6名
- ・参加費：2,500円（初回にお支払い頂きます）
- ・対象者：年少から小3くらいまでの子どもの保護者  
なるべく計5回すべてに参加出来る方  
※欠席による返金はありません。  
どうしても来れない場合はメールなどで内容をお伝えさせていただきます。

- ・7/6 第1回：行動をみる
- ・7/20 第2回：褒めることを習慣にしよう
- ・8/3 第3回：子どもの行動への良い注目をしよう
- ・8/17 第4回：親子タイムと指示の出し方
- ・8/31 第5回：まとめ

お子様とのお参加大歓迎です！見守りボランティアが対応いたします。

行動理論に基づいて、「ほめる」ことの大切さをワーク形式で学びます。お子さんとの日頃の接し方が変われば、「子育て」はより楽しくなりますよ！

共催：小田地域課  
尼崎市長洲中通1-6-10

カモミール  
の会

お申込み/お問い合わせ  
公式アカウントまたはmailにて  
chamomile88105@outlook.jp

