

## —ペアレントトレーニングの参加者を募集します—

子育ての中で、今気になっているお子さんの行動はありませんか？  
どう対処していいのか？ついつい怒ってしまうのに、なかなかその  
行動が減っていかないなんてことはありませんか？



このプログラムは、応用行動療法の理論背景を基に、子どもの気になる行動を減らし、望ましい行動を効果的に増やしていくスキルの体得を経験的に学習し、子育てがちょっとだけ楽になるプログラムです。

毎回、テーマ学習をしながら、簡単な宿題を通じてご家庭で今気になっていることに実践的にかかわっていただきます。

次の回では、新しいテーマを学習するとともに、前回の宿題で、保護者様が実践されたこと、うまくいったことうまくいかなかったことを皆でシェアしながら進めていきます。

1. 対象：小学生の子どもさんとのかわりでお困りの保護者の皆さま  
できるだけ全講座を受講可能な方。

2. 日程：2022年6月11日～12月10日までの第2土曜日全6日間。

予定	6/11(土)	7/9(土)	9/10(土)	10/8(土)	11/12(土)	12/10(土)
----	---------	--------	---------	---------	----------	----------

時間：10:30～11:30

回数	日程	テーマ
		初回面接：インテーク（対面で行います）
第一回	6/11	子どもの行動を3つに分けましょう
第二回	7/9	肯定的な注目を与えましょう
第三回	9/10	してほしくない行動を減らしましょう①
第四回	10/8	してほしくない行動を減らしましょう②
第五回	11/12	子どもの協力を増やしましょう①
第六回	12/10	子どもの協力を増やしましょう②
第七回	約半年後	振り返り・フォローアップなど

※お休みされた場合は都合が合う範囲内で、30分程度の補講が可能です。

3. 実施方法：初回面接は対面で、プログラムは試行的にオンラインで行います。

4. 募集人数：6名程度

5. 参加の流れ

① 筑波大学心理・発達教育相談室へ電話でお申し込みください。

電話受付：03-3942-6850（日・水・祝日除く 10:30～12:00, 13:00～16:30）

↓ ※初回面接（インテーク）4500円・各セッション無料  
詳しい料金についてはHPをご覧ください。

② 初回面接（インテーク）

↓ 講座開始前までに相談室で保護者様と面談させていただきます。

お困りのことや現在のお子さまの様子などをお聞きし、オンラインの利用の仕方、セッションの進み方等をご説明します。

③ 必要書類、事前アンケート等が送付されます。

↓

④ グループ応用行動療法6セッション（別枠で個別のご相談にも応じます）。

↓

⑤ 終了後、郵送のアンケート提出。

担当相談員：小川水菜子・伊藤なおみ・青島芳子  
相談室責任者（相談室室員）：飯田順子

