

# ペアレント・トレーニング ご案内

発達障害をお持ちの保護者の皆様へ

## こんな困りごと、ありませんか？



- ・なかなか動かない子どもに対して怒ってしまう
- ・いくら言ってもやめない困った行動に対して対処法が分からない
- ・「よいところ」が見つかったのに上手なほめ方がわからない  
など



## 一緒に解決にむけて取り組みましょう。

生きる育む輝くメンタルクリニックでは、発達障害及び類似の問題があり現在通院中の方の保護者の方を対象にペアレント・トレーニング（療育相談）を行なっています。

お子さまとうまくコミュニケーションをとるためのポイントを学び、ホームワークなどを通して理解を深め、身につけることができます。今までよりも、親子が笑顔でいられる時間を増やすお手伝いができると思います。

お気軽にお問い合わせください。



### \* プログラムの内容（予定）

・主に下記の内容でプログラムを進めます。

回数	内容	ホームワーク
1	オリエンテーション ペアレント・トレーニングとは	子どもの行動観察
2	子どもの行動を3種類に分けてみよう	子どもの行動を3種類に分けよう
3	肯定的な注目を与えよう ほめ方のコツ	好ましい行動を見つけ、ほめよう
4	好ましくない行動を減らす① -上手な無視の仕方-	子どものよいところをキャッチする
5	好ましくない行動を減らす② -無視とほめるの組み合わせ-	アクションプラン
6	子どもの協力を増やす方法① -効果的な指示の出し方①-	指示の出し方①
7	子どもの協力を増やす方法② -効果的な指示の出し方②-	指示の出し方②
8	子どもの協力を増やす方法③ -よりよい行動のために-	より良い行動のためのチャート
9	制限を設ける -警告とペナルティーの与え方-	ルールとペナルティー
10	これまでのふりかえり	

〔引用・参考〕上林靖子、2009年「こうすればうまくいく発達障害のペアレント・トレーニング」中央法規

## 募 集 要 項

【場 所】 生きる育む輝くメンタルクリニック各院

【対 象】 発達障害および類似の問題があり、現在通院中の方 + 主治医の承諾のある方  
※カウンセリングの中でのプログラムになりますので、主治医にご相談ください。

【費 用】 保険診療費に加えて、予約料（選定療養費）4,000円（税込み4,400円）が必要です。

【注 意 点】 ペアレント・トレーニングはカウンセリングの中で行うプログラムです。  
予約料は前納制です。一週間前の予約日時までキャンセル・日時変更は可能です。  
期日を過ぎた場合はいかなる事情によっても予約料のご返金は致しかねます。  
また、患者様のご都合で遅れられた場合は、お時間が短くなります。  
ご理解のほどお願い申し上げます。

### 【申し込み方法】

- ①当院通院中の方で参加を希望される方は、まず主治医までお問い合わせください。  
他院通院中の方は、主治医の先生の紹介状が必要です。まずは主治医の先生にご相談ください。
- ②主治医の承諾が得られた方は、各院受付までご連絡ください。



### ～よくあるご質問～

Q.1回の流れはどうなっていますか？

A.原則はプログラムの内容に書いてある流れで進めます。ホームワークがありますので、ホームワークの確認と内容の説明があります。

Q.ホームワークはしないとダメでしょうか？

A.ホームワークでの実践が重要なので、原則して頂く必要があります。出来なかった場合はやりやすい方法を一緒に考えるなどサポートいたします。

Q.頻度はどのくらいで通うべきでしょうか？

A.月1～2回が目安になります。ご予約とご相談しつつ決めていきます。

Q.途中でやめることはできますか？

A.プログラムの内容には連続性があり、なるべくすべての回を受けていただくとより効果的です。お仕事や体調などもありますので、随時ご相談しつつ進めます。