



松山記念病院

SST(社会生活スキルトレーニング)及び保護者向けペアレント・トレーニング

保護者向けペアレント・トレーニング編  
講座開催のご案内

期間:令和8年5月8日(金)~6月29日(金)

「子どもが言うことを聞いてくれない…」「言うこと聞いてくれなくて落ち込む」「ついつい怒ってしまう」などお困りになっていませんか?当院では、保護者もお子さんも楽に毎日生活できるように、保護者のためのペアレント・トレーニングプログラムを開催します。

◇ペアレント・トレーニングプログラム(通称:ペアトレ)とは?

保護者がお子さんの行動の背景を理解し、より適切な関わり方を学ぶ、保護者をサポートするグループプログラムです。

◇内容

お子さんの行動の理解を深め、現在の悪循環を断ち、スムーズな日常生活を目指します。以下の3つがポイントです。

①行動に焦点を当てる

…例えば、「ありがとうと言う」「あいさつをする」「親の話を見聞かず、漫画を読んでいる」といった行動に注目します。

②良い行動に目を向け、ほめる

…お子さんの行動を観察し、良い行動に対して、ほめる、ということを大切にします。

③具体的で取り組みやすいやり方を手に入れる

…「ほめるのが大切なのは分かったけど、どうほめたらいいかわからない」というお声も聴きます。このプログラムでは、ほめるコツをはじめ、どう指示を出すといいかなど、具体的な方法も学びます。

各セッションは、当院の専門医療職(専門医師・公認心理師・作業療法士・精神保健福祉士・看護師)が実施します。

◇スケジュール内容

	日時	時間	プログラム内容
1	5月8日(金)	15:00~16:30	自己紹介・行動を3つに分ける
2	5月15日(金)	15:00~16:30	してほしい行動に注目する
3	5月22日(金)	15:00~16:30	ほめることを習慣にする
4	5月29日(金)	15:00~16:30	して欲しくない行動への 注目を取り去る
5	6月5日(金)	15:00~16:30	注目を取り去る計画を立てておく
6	6月12日(金)	15:00~16:30	指示の出し方
7	6月19日(金)	15:00~16:30	ほめほめ表の作り方
8	6月26日(金)	15:00~16:30	ほめほめ表の実践/ルールを作る
9	未定		フォローアップ

※プログラム初回、最終回に諸心理検査(30分程度)のご協力をお願いしております。

◇場所:松山記念病院内

◇対象:小学1~4年生の児童をもつ保護者

7月から開催予定のSSTに参加できる方を優先させていただきますことをご了承ください。

◇費用:保護者のペイトレは、10,000円となります。初回にお支払いをお願いしております。

原則、全回参加となりますので、途中、欠席されても返金はいたしません。ご了承ください。

◇申し込み方法:主治医に参加希望をお伝えください。

当院以外の方は、当院で診察が必要となりますので、まずは当院地域連携室までご連絡ください。

<問い合わせ先>

一般財団法人 創精会 松山記念病院

地域連携室:089-925-3394

(児童思春期担当へ)