

2025年度 子育て支援連続講座（全3回）

ペアレントプログラム

第1回

9.5 金
10:00-12:00

- ・自己理解を深めよう
- ・子どもの行動の分類
- ・存在と言動を分ける
- ・ストレスへの対処法など

会場

大泉図書館2F視聴覚室
(練馬区大泉学園町2-21-17)

第2回

10.3 金
10:00-12:00

- ・第1回の振り返り
- ・アンガーマネジメント
- ・リフレーミングなど

会場

未定
決まり次第お知らせします

第3回

11.7 金
10:00-12:00

- ・第2回の振り返り
- ・ダブルバインド
(わかりやすい伝え方)
- ・相手に伝わる褒め方叱り方

会場

未定
決まり次第お知らせします

※2024年度にも同様の内容で実施しています

講師

岩崎絢子 (公認心理師・臨床心理士 / 療育ルームりんごの木北園教室職員)

対象者

りんごの木or北園教室orこぐれ教室の保護者

※連続講座となりますので、全3回全ての日程で参加可能な方

申込み

募集定員8名 (先着順で受付)

8/1(金)9時～マチコミにて申込みアンケート配信

費用他

家族支援加算II(80単位)を算定させていただきます

◎本講座はワークショップ形式です。参加者の皆様にペアを組んでいただき、話し合いながら進めていきます。

◎本講座で学んだ内容を継続し生活に取り入れていただきやすいよう、持ち帰りのワークを設定しています。

ワークは第2回以降の振り返りで使用いたしますのでご持参ください。

※託児は行っておりません。皆様のご理解とご協力をよろしくお願ひいたします。



ペアレントプログラムとは ?

りんごの木のペアレントプログラムは、子育てに難しさや辛さを感じる保護者の方が、日々のイライラやモヤモヤを上手に解消し子育てを楽しむゆとりをもつためのヒントや、お子さんの行動の理解の仕方・捉え方を学びながら、子育ての悩みを共有し保護者の皆様の交流の機会とすることを目的とした全3回のワークショッププログラムです。

- ▶子育てのイライラを減らしたい！
- ▶親の自分をもっと大切に好きになれる
- ▶感謝の気持ち、ありがとうが増える
- ▶聞き上手、声かけ上手になれる



問合せ TEL 03-6321-2611

- [療育ルームりんごの木]
- [療育ルームりんごの木北園教室]
- [療育ルームりんごの木こぐれ教室]