

6回連続講座

主催：世田谷区発達障害相談・療育センター「げんき」、世田谷区

# ペアレント・プログラム

このペアレント・プログラムは、お子さんの「行動」の理解の仕方を学び、  
**楽しく子育てをする自信をつけること、子育ての仲間を見つける機会にすること**  
を目的とした、全6回のプログラムです。

参加費  
無料

■日程： 隔週土曜日、10:00~11:30

	日付	内容
第1回	12月12日	<b>現状把握表を書いてみよう！</b> 自分の「いいところ」「努力しているところ」「困ったところ」について、「行動で書く！」ことに取り組みます。行動で表現するため、動詞で書いていきます。
第2回	12月26日	<b>行動で書いてみよう！</b> 自分と子どもについて「行動で書く！」を進めます。「～しない」は行動ではないため代わりに何をするのかを考えて、「～する」に置き換えていきます。
第3回	1月9日	<b>同じカテゴリーをみつけよう！</b> ペアで相談し合いながら、書かれた行動に関して、同じ時間帯/同じ場所/同じ活動/似たような反応などを、同じカテゴリーにまとめていきます。
第4回	1月23日	<b>ギリギリセーフ！をみつけよう！</b> 「困ったところ」の中で、期待通りにはできていないけれど、どうかできているという行動を「ギリギリセーフ」としてみつけていきます。
第5回	2月6日	<b>ギリギリセーフ！をきわめよう！</b> いつ/どこで/誰と/何をしている/と、困った行動がおきるのか？を考えます。その逆が「ギリギリセーフ」となりやすいことも学びます。
第6回	2月20日	<b>ペア・プロでみつけたことを確認する！</b> ペアで現状把握表を検討して、今までの取り組みを振り返り、自分ができてきたことを確認します。「行動で見る」ことの大切さを学びます。

■対象：世田谷区在住で発達障害、もしくはその疑いのあるお子さん（高校生まで）の保護者

■定員：先着10名 ※令和元年度に「げんき」でのペア・プロを受講されていない方及び  
申し込み時点で全回参加できる方を優先させていただきます。

■場所：保健医療福祉総合プラザ（松原 6-37-10）

■保育：なし（進行の都合上、お子さんの同伴はご遠慮ください。）

申し込み〆切  
11月16日(月)まで

■参加決定通知：11月24日(火)までに、書面にてご自宅へ決定通知を送付します。  
その際、同封するアンケートには事前にご回答いただき、プログラム初日にお持ちください。  
ご協力をお願いいたします。

※新型コロナウイルス感染症予防のため、検温の実施・マスクの着用をお願いしています。また、今後の感染状況により、中止や実施形態を変更する可能性があります。予め、ご了承ください。

## 【お問い合わせ】

世田谷区発達障害相談・療育センター「げんき」 地域支援部門

☎ 03-5727-2235

📠 03-5727-2238

FAX : 5727-2238

世田谷区発達障害相談・療育センター 宛

# ペアレント・プログラム

	日付	時間
第1回	12月12日	10:00~11:30
第2回	12月26日	
第3回	1月9日	
第4回	1月23日	
第5回	2月6日	
第6回	2月20日	

## 参加申込書

参加者氏名	<p style="color: red; font-size: small;">※ご夫婦でのお申し込みも可。ただし、定員を超える申し込みがあった場合、どちらかお一人のみのご参加をお願いする場合がございますので、ご了承ください。</p>	
お子様の氏名・学年/年齢	男・女 ( 年/ 歳)	
ご利用機関 <small>※現在、利用中の機関があれば○をつけてください</small>	<input type="checkbox"/>	世田谷区発達障害相談・療育センター「げんき」
	<input type="checkbox"/>	子育てステーション烏山発達相談室
	<input type="checkbox"/>	子育てステーション桜新町発達相談室
	<input type="checkbox"/>	子育てステーション梅丘発達相談室
	<input type="checkbox"/>	その他 ( )
ご連絡先	TEL : FAX : ご自宅住所 : 〒 <small>※郵送物に関しては、<u>世田谷区「げんき」</u>の宛名で発送させていただきます。</small>	

全講座への参加が難しい方は、以下の欄にもご記入をお願いします。※仮受付となります。

ご参加いただける日程に○をつけてください

12/12    12/26    1/9    1/23    2/6    2/20