

親子関係の再結 上手なほめ方・教え方（Bコース）

◆言うことを聞かない、ケンカが絶えない、服は脱ぎっぱなし、注意すると、「うるせーな」など乱暴な言葉がある、宿題をやったと嘘をつく……そんな我が子を叱ったり怒鳴ったりしていることが辛い。ほめたいけれど、ほめるところがない……
このような問題でお悩みの皆様に、PRISMで個別のペアレントプログラムを行っています。

◆受講対象：PRISMに定期通院中で、概ね5歳以上で、言語の指示が理解できるお子さんの保護者。

受講形式：1回40分の保険診療再診の予約で、予約料と保険診療で行います。

予約方法：全5回一括予約を基本にさせていただきます。

注意事項：受講可能かどうかは医師の判断によります。また、次回の本人受診の予約が入っていない方は対象となりませんのでご了承ください。この時間に投薬は可能です。

◆PRISMのペアレントプログラムの特徴：

- 1 日程をあらかじめ5回抑えることができ利用しやすくなりました！
- 2 グループが苦手、という方にも安心して参加いただけます。（個別）
- 3 保護者だけの来院によるプログラムです。
- 4 全て早川星朗医師が担当します。分からないことは、その場で気軽に質問できる環境です。
- 5 指定教科書は必ずご購入頂きます。「ペアレント・トレーニング」（上林靖子 講談社 1300円）



◆内容の詳細

回数	前半 20 分	後半 20 分
1	オリエンテーション	子どもの行動の分類・分析の説明と宿題提示
2	前回の宿題の発表と助言	子どもの行動を肯定的に捉える方法や具体的な褒め方の説明と宿題提示
3	前回の宿題の発表と助言	子どもの好ましくない行動を消すための方法の説明と宿題提示
4	前回の宿題の発表と助言	子どもへの効果的な指示の出し方の説明と宿題提示
5	前回の宿題の発表と助言	全体のまとめと、今後への示唆

◆ Bコースに参加してみたの感想 M様

毎日、兄弟喧嘩が絶えず、毎日お手上げ状態でしたが、PRISMでペアプロのことを知りました。5回のプログラムで目に見える変化が本当にあるのだろうか？本当に私に対応を変えることができるのだろうか？と不安が積もる中、星朗先生が、とても分かりやすく具体的に説明していただき、さっそく実践開始！

すると、自分の目を疑うような好反応が！しかも日に日に手に負えない大暴走の時間が短くなり、今では長男本人が好ましくない行動を避けるよう、自分で考えて行動する姿も見ることができるようになりました。そして、いつもついつい怒ってしまう私の口からもイライラした言動が消えつつあります。まだプログラムの途中ではありますが、こんなに効果が目に見えると思っていなかったのが本当に驚いています。また、グループでの定期プログラムではなく、こちらの都合に合わせて予約を取ることができるのも、仕事をしながらの私にはとても助かっています。