

こそだ どならない子育て



おや こ かんけい そだ
～親と子の関係を育てよう～

あさ ばん
朝から晩までイライラしている。つい子どもにあたってしまう。

ほんとう こ せいちょう よろこ かん こそだ たの いっしょ
でも本当は、子どもの成長に喜びを感じ、子育てを楽しみながら一緒に
じかん たいせつ す おも みな さんか
時間を大切に過ごしたい。そんな思いをもつ皆さんに、ぜひ参加していただ
こうざ
きたい講座です。

◆ き かん 期間：1 / 16～3 / 27 (隔週水曜日・全6回)

4 / 24 (フォローアップ1回) かい

◆ じかん 時間：10:00～12:00

◆ ばしょ かわさきし かん かいぎしつ 場所：川崎市ふれあい館 / 会議室

こうし しゃかいふくし ほうじん こ ぎゃくたいほうし かい
講師：社会福祉法人 子どもの虐待防止センター トレーナー2名

ないよう おや こ かんけい そだ そ
内容：親と子の関係を育てるペアレンティングプログラムに沿って、よりよい
かんけい きす こ まな
関係を築くための子どもとのコミュニケーションスキルを学びます。

たいしょう さい しょうがくせい こ こそだ ちゅう かた
対象：3歳から小学生のお子さんを子育て中の方。

(※お子さんの保育があります。申し込み時にお知らせください。)

ていいん めい せんちやくじゅん
定員：8名 (先着順)

【申し込み：12月3日(月)から電話or来所で受け付けます。】

※一度来館していただき「申込用紙」の記入をお願いいたします。

ペアレンティングプログラムとは？

子どもを守り、親としての自己肯定感を育みながら親と子ども
の関係を育てるプログラムです。講義だけではなく、日頃の子育て
のシーンをシュミレーションしロールプレイしながら実践的に学びます。



1. 親への心理教育

- しつけとは何か
- 最新の脳科学が教えてくれたこと
- 子どもの自己イメージ
- 脳科学の視点から効果的な伝え方とは

2. 親と子の関係を育むコミュニケーション

- 子どもの行動をみたま言葉にする「実況中継」を柱に、具体的に声掛け
の仕方を学び、ロールプレイで行い、子どもの気持ちに気づく体験をする
- 自分の気持ちを相手に伝える表現方法を学ぶ

3. ストレスマネジメントと怒りのコントロール

- 今の自分の気持ちに気づくこと、こぼすことの大切さを学ぶ
- 親子で落ち着きを取り戻す方法を学ぶ

【お問い合わせ：川崎市ふれあい館】

TEL：044-276-4800

〒210-0833 川崎市川崎区桜本1-5-6

（担当：黒岩）

