受講者の声

具体的な対応方法の知識を得たことで、指針が持てました

普段夫婦だけで話していると、ああでもないこうでもないという議論にいつもなってしまい、建設的に進まないケースが多いのですが、具体的な手法を示していただけてすごく参考になりました。（Aちゃん/年長 パパ）

主人に対しても使えるメソッド！関わり方のコツを発見しました

子どもに対してだけでなく、主人や友人にも使える内容でした。毎日イライラする子育ての中でニヤニヤする時間をつくれそうです。楽しかったです。ありがとうございました！（Kちゃん/年中 ママ）

専門的な講義が魅力です

具体的な褒め方のレクチャーをしていただいたので、少しずつ私自身、子どもに対して具体的にほめるようにできてきました。専門的に説明を受けた上で、講師と「自分の子だったら…」「他のご家庭の例としては…」と、たくさんの例をもらいながら考え、自分ができる方法を見つけることができました。（Tくん/小1 ママ）

子どものことを細かく見られていないことに気付きました

「宿題をしなさい」と指示するのではなく、「なぜできないのか」を細かく分解して手が届くところまで具体化する、というのが勉強になりました。教える側のテクニックの大切さを実感しました。（Yちゃん/小2 パパ）

いちばん悩んでいた頃の自分に教えてあげたいです

今、息子は7歳ですが、3〜5歳の間がすごく悩んだ時期でしたのでもっと早くペアレントトレーニングを知りたかったです。当時はどこにも頼るところがなかったので、今回受講できてとてもありがたいです。（Sくん/小1 ママ）

メッセージ　監修者より保護者の方へ

本プログラムは、私たちの研究室で長年研究してきたペアレントトレーニングプログラムが元になっています。本プログラムはその初級編とも言えるもので、全回を通じてお子さまのやる気を引き出し、かつ保護者のストレス軽減に役立つ子育ての工夫を学ぶことができます。普段の教室では体験できない密度の濃い講座になっています。経験豊かなスタッフとともに家庭でのかかわりや指導について一緒に考えていきましょう。

鳥取大学大学院　医学系研究科

井上雅彦 教授

専門は臨床心理学/応用行動分析学/障害児心理学。臨床心理士、専門行動療法士、自閉症スペクトラム支援士（エキスパート）の資格を持つ。
日本発達障害学会評議員をはじめ、さまざまな学会活動の他、日本発達障害ネットワーク理事、日本自閉症協会理事、LITALICOのアドバイザー(顧問)を務める。『家庭で無理なく楽しくできる生活・学習課題46―自閉症の子どものためのABA基本プログラム（2008年,学研）』など著書多数。

Q&A

Q1 子どもの授業後のフィードバックと何が違うのでしょうか？

A1 授業後のフィードバックでもご家庭でできる具体的な手立てをお伝えしていますが、本プログラムでは指導における基礎理論や知識を専門的に学ぶことができます。そのためご自身でお子さまとの関わり方の工夫ができるようになります。

Q2 夫婦で参加することはできますか？

A2 はい、可能です。ペアレントトレーニングはご家族ごとの料金設定ですので、ご夫婦で受講されても料金は変わりません。

Q3 自分のことや子どものことを話すのは、少し抵抗があります

A3 すべての講義がご家族さまごとに、個別で受講いただくスタイルなので、無理なく安心してお話いただけます。

受講料金　（通塾生以外の保護者さまもご利用できます）※スケジュールは、お問い合わせください。

プログラム名・内容		回数	料金（税込）
基本編・応用編	2歳〜小4前後のお子さまとの関わり方でお困りの保護者さまを対象としたプログラムをご提供します	3回〜	66,000円〜
思春期編	小4前後〜高校生までの反抗期でお困りの保護者さまを対象としたプログラムをご提供します	5回〜	110,000円〜
個別ペアトレ	お子さまの課題や保護者さまのニーズに合わせ、各ご家庭に必要なコンテンツをご提供します	1回〜	22,000円/60分

※第1回から順に受講していただきます　※ご家族、何名受けていただいても料金は変わりません　※個別ペアトレは日程と場所をご相談の上、決定します。ご夫婦での参加もできます

りたりこ LITALICO ジュニア

ペアレントトレーニングの実施教室はこちら

お申込みやスケジュールの確認等は、各教室へお問い合わせください。※実施していない教室もありますのでご了承ください。

https://junior.litalico.jp/parent-service/

りたりこ ペアトレ

2022.7

LITALICOジュニアのノウハウをご家庭でも！

子育てが「楽」になる！ペアレントトレーニング

ペアトレ

保護者さま向けプログラム

基本編　応用編　思春期編

監修　鳥取大学大学院医学系研究科　井上雅彦 教授

りたりこ LITALICO ジュニア

イライラしていると、つい怒ってしまい、そんな自分の行動に後悔し、落ち込んでしまうこともあるかと思います。

保護者さまが「伝え方」や「関わり方」を少し変えるだけで、お子さまの行動が変わり、保護者さま自身も気持ちよく過ごすことができます。
LITALICOペアレントトレーニングは、お子さまの望ましい行動を増やし、保護者さま自身のストレスを減らすために役立つ子育ての工夫や適切な関わり方を学ぶことができます。

※本プログラムは、鳥取大学大学院医学系研究科 井上研究室の実践により、効果が実証されている研究をベースにつくりました。

受講者の満足度

高い満足度！
97.7点
（平均満足度）

講義の内容がわかりやすい！
97.1点
（平均満足度）

自分に取り入れられるものが見つかった！
94.3点
（平均満足度）

こんな方におすすめ！

- ☑ ほめるのが良いのはわかるけどできない
- ☑ ほめるバリエーションを増やしたい
- ☑ 子どもと話すとすぐ口論になってしまう
- ☑ 子どもが自分でできることを増やしたい
- ☑ イライラしてつい怒ってしまう
- ☑ ほめるところが見つからない
- ☑ 何回注意しても言うことをきかない
- ☑ 困った行動をどう対応していいかわからない
- ☑ 家で出来るサポート方法が知りたい
- ☑ 子どもとの関係を良くしたい

特長

1. ご家族さまごとに、個別で受講するスタイルなので安心してお話いただけます
2. 応用行動分析を基礎とした専門的な実践方法を分かりやすく伝えます
3. ご家庭で実践できるように講師がしっかりとサポートします

プログラム内容

ペアレントトレーニングには「基本編」「応用編」「思春期編」があり、各回で学んだ内容をご家庭で実践し、プログラムで振り返るというサイクルで成功につなげていきます。ご家族さまごとに、個別で受講していただきます。

基本編（各回60分、全3回）

対象：1歳～小学校3年生頃までの保護者さま

- 第1回 ほめ上手になろう（前編＆後編）— 効果的なほめ方が学べる！
- 第2回 整え上手になろう（前編＆後編）— 事前にできる工夫とは？
- 第3回 伝え上手になろう（前編＆後編）— 伝わりやすいコツとは？

応用編（各回60分、全3回）

対象：基本編を受講済みの1歳～小学校3年生頃までの保護者さま

- 第1回 観察上手になろう（前編）— 行動を分析してみよう！
- 第2回 観察上手になろう（後編）— 解決方法を学ぼう！
- 第3回 まとめ — 応用と実践のワーク

思春期編（各回60分、全5回）

対象：小4前後～高校生までの反抗期でお困りの保護者さま

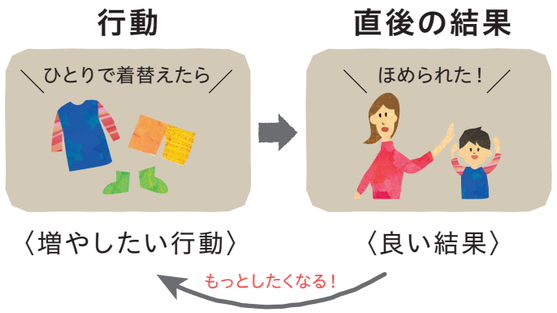
- 第1回 聴き上手になろう
- 第2回 ほめ上手になろう
- 第3回 整え上手になろう
- 第4回 伝え上手になろう
- 第5回 対応上手になろう

「関わり方を変えると子どもが変わる」って言うけど、ほめるとなぜいいの？

理由1

行動の直後に「良い結果」があると、その行動が増えるから！

例えば、あなたが家族のために新しい料理に挑戦したとします。そこで、すぐに「美味しい！」などの良い反応があれば、きっとまたその料理を作りたいと思うことでしょう。そしてそれはお子さまも一緒です。「望ましい行動をしたらほめる」をくり返すことで増やしたい行動を定着させていきます。



理由2

関係性が良くなるから！

誰でも自分のことをほめてくれたり、認めてくれたりする人に対して好感が持てるものです。ほめることで関係を良くし、信頼関係を構築することができるので、伝えたいこともより伝わりやすくなっていきます。

理由3

自己肯定感が高まるから！

発達が気になるお子さまは、周囲と比較されたり、誤解を受けて叱られたりすると、自信を失うことが多いです。そこで効果的にほめてあげることで、お子さまは「これでいいんだ」と感じることができ、自己肯定感を高めることにつながります。

プログラムでは、各ご家庭のお子さまに合わせた効果的なほめ方や、成功体験が積みやすくなる事前の工夫などを学べます。