



町田市子ども発達センター 児童発達支援

# ペアレント・プログラム ～にこにこプログラム～

『ペアレント・プログラム』ってなあに？

お子さんをより理解するために、お子さんの行動に着目し、見る視点や関わり方を育むプログラムです。



# 児童発達支援にこにこプログラム

## ペアレント・プログラムの概要



- ①1回の講座は約90分・全4回コースです。
- ②講座とワーク・簡単な宿題で、自分の「お子さん」について考えます。
- ③メンバーと話しを共有することもあります。
- ④楽しい雰囲気の中で、ご自身やお子さんについて考える機会を作ります。

## ペアレント・プログラムの内容

- ポイント① お子さんの「**行動に着目**」しよう。
- ポイント② お子さんの「**行動の観方**」を変えてみよう。
- ポイント③ お子さんに伝わる「**ほめ方**」を考えよう。



# ポイント①

## 行動に着目しよう

『行動とは何だろうか？』

行動＝動き・動作・しぐさ

- ×明るい性格 → ○明るくあいさつをする
- ×やさしい → ○お皿を拭いてくれる
- ×だらしがない → ○服を脱ぎっぱなしにする  
○電気をつけっぱなしで寝る



性格ではなく行動に着目するよ

## ポイント②

# お子さんの行動の観方を変えてみよう

例えば...

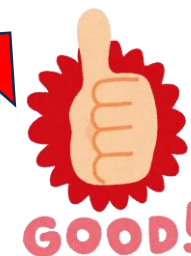
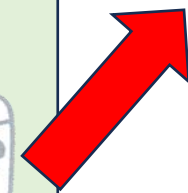
トイレを嫌がる



5回に1回くらいは  
トイレに座れる



トイレに入ることは出来る



## ポイント③

# お子さんに伝えるほめ方を考えよう

★行動の直後、すぐにほめると効果的です。

例：おもちゃ、お片付けしてえらいね

★スキンシップも

「ほめことば」になります。

例：こちょこちょ・なでなで  
ギュッと抱きしめる

★お子さんの行動をなぞって言うだけでも良いです。

例：（お菓子を買うのを我慢）  
いいねえ。我慢してるね。すごい！



参加した方の声が届いています。  
嬉しいご感想をいただきました。



子どもとの時間が大変じゃなくなりました。子どもとの穏やかな時間が生まれました！  
Aさん

「ほめたい」「認めてあげたい」と思っていたても、なかなか出来なかったけれど、今日の講座で、その方法が分かりました！  
Bさん

具体例がたくさん出て、難しい言葉も少なくて分かりやすかったです。  
Cさん

参加者のアドバイスもあり、大丈夫だなと思えて気持ち楽になりました！

Dさん

毎日の当たり前に気づき、見直す機会になりました。他の参加者のママさんの話が、全て共感出来ました。

Eさん

# プログラムを通して期待できること

---

- お子さんの行動への「観方」が変わっていきます。
- ほめ上手になります。
- 自分のお子さんへの関わり方が見えてきます。
- 保護者同士の、困りごとや悩みを共有できます。
- お子さんや自分自身を振り返ることが出来、「気づき」のきっかけになります。

