

自分らしい子育てを見つけよう！

子育てペアレントトレーニング

ソムリック

SomLicプログラム

the Style of my Life with Children



子育て家族支援団体
SomLic
について

さまざまな子育て支援講座の提供を通じ、子育て中の親御さんに伴走できるような活動を行っています。今回の【SomLicプログラム】は、子育て中の皆さんが、日々のストレスや不安にうまく対応していけるような知識や方法を学ぶ講座です。気持ちを自然に話せたり、子育て中の仲間と気軽に会える機会として、ご好評いただいています。

【日時】

2/5 (土) 2/12 (土) 2/26 (土)
3/5 (土) 3/12 (土) 3/19 (土) **全6回**

【時間】

10:00～11:30 (9:45～ZOOM開室)

【定員】

10名 *先着順

【対象】

1歳半以上～就学前のお子さまがいらっしゃる方
基本的に全6回すべてご参加できる方

【参加費】

なし

【開催場所】

『Zoom』によるオンライン講座



【その他】

- 講座はすべてZOOMにて行います。お子さまとご一緒に受講も大丈夫ですが、受講される方が落ち着いて日々の子育てを振り返られるよう、可能な限り別室など離れての受講をオススメします。
- 講座の様子は、記録のため録画させていただきます。受講者が欠席された場合に視聴していただくことと、ファシリテーターがプログラムをふり返るために使用します。ご了承ください。

【ご参加にあたりお願い】

- 受講時に使用するA4サイズのワークシートを毎回各自で印刷していただく必要があります。毎回3枚程度/モノクロ印刷OK

第1回：子どもの育ちにつながるほめ方

オリエンテーション、自己紹介、子どもの良い行動を伸ばす方法を学びます。

第2回：子どもの行動のタイプわけと対応

自分の子どもの行動を「ほめたい行動」「ほめたくない行動」「許せない行動」の3つに分類し、それぞれの対応について学びます。

第3回：子どもの行動の背景とは？

子どもの行動の背景について学びます。また、親が持つ価値観や期待が及ぼす影響に気づき、自分の感情をコントロールする練習をします。

第4回：困った行動が起きる前の工夫

子どもの困った行動の理由を考え、そのような行動が少なくなるよう、事前に環境を調整するなどの工夫について学びます。

第5回：効果的な伝え方

子どもが望ましい行動を身につけるために、子どもが理解しやすい効果的な声のかけ方や関わり方について学びます。

第6回：子どもの不適切な行動への対応

子どもの行動を感情的にならず客観的に観察し、落ち着いて対処できるように、「注目をしないこと」や、「ブロークンレコード(繰り返し言うこと)」といった技法を練習します。

フォローアップ

全6回の講座が終了した1か月後に、学びを定着させ実践を継続できるようにフォローアップを行います。フォローアップについては、講座スタート後にご案内いたします。

お申込み (受付開始1/8～)

受講希望の方は、下記QRコードを読み取り、必要事項をご記入の上、送信してください。受講者決定後、ZoomのURL等、詳細のご案内をお送りします。



主催・お問い合わせ先



神戸真生塾

子ども家庭支援センター

ロータリー子どもの家

〒650-0004

神戸市中央区中山手通7-25-38

☎078-341-6492

(受付時間：9:00～18:00)

mail



HP

