

2025 年度

家族が笑顔になるために  
希望ヶ丘ファミリースマイルトレーニング



# KFST



場所:hopehill ホープヒル

定員:10名程度 対象:小学生以下の子どもの保護者

料金:お子様が外来受診されている方(保険診療)

お子様が入院中の方・未受診の方1回 3,000円(自費料金)

(受講料 2,700円+テキスト代 300円)全5回

家族で複数人参加されても受講料は1名分となります。

欠席された場合、テキスト代 300円のみお支払をお願い致します。

持ってくるもの:室内履き、筆記用具、検査用紙

木曜日 9:30~11:30

	内容	5月スタート	9月スタート	1月スタート
1日目	KFSTの基本的な考え方 子どもの行動を新しい目で見てみよう	5/22	9/11	1/15
2日目	子どもが喜ぶ関わりを探そう 好ましい行動を増やそう	6/5	9/25	1/29
3日目	好ましい行動を伝えるコツ①	6/19	10/9	2/12
4日目	好ましい行動を伝えるコツ②	7/3	10/23	2/26
5日目	危険な行動を減らす方法	7/17	11/6	3/12

\* 全5回のプログラムです。《1日目~5日目》初回から順番にご参加ください。

\* 欠席される場合は、ご連絡をお願いします。 \* 託児はございません。

お問い合わせ

子どもと親の支援センター

hopehill ホープヒル

(希望ヶ丘病院・ホープヒル)

☎096-202-5560

受付時間:平日 9:00~12:00/13:30~17:00



## KFSTとは？ — 希望ヶ丘方式のペアレントトレーニングプログラムです。 —

- がんばりすぎない方法を知り、子育ての不安を減らし、楽になっていただくための保護者の方のためのプログラムです。
- 行動療法の考え方を応用した子育ての方法を学び、実践していきます。
- 少人数のグループで、無理なく学んでいただけるよう、和やかな雰囲気を大切にしています。



### こんな方におすすめ

- 子どもをどう褒めて良いのか分からない
- つい怒鳴ったり、叱りすぎている気がする
- 子育てのストレスを感じる
- もっと子どもを好きになりたい

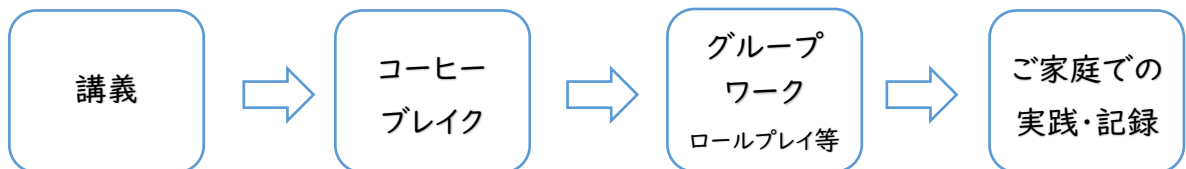


### どんなことを学べるの？

- ▼ 行動の見分け方
- ▼ 効果的な指示の出し方
- ▼ 良い行動の増やし方
- ▼ 困った行動の減らし方



### プログラムの構成



### 行動療法とは？

「行動のあとに満足する結果が得られると、その行動は起こりやすくなります。」

ペアレントトレーニングはこの行動療法の考え方を利用して、子どもに良い行動を身に付けさせる方法です。子どもが良い行動をしやすくするために、してほしい行動を伝えるための指示のコツや、環境を整える工夫なども一緒に考えていきます。

