

# PCIT ～親子相互交流療法～

## ＊参加者募集＊

### PCIT (親子相互交流療法)とは？

3歳～7歳までの幼い子どもと養育者の両者にセラピストが支援を行うことで、親子の関係性を改善することを目指した心理療法です。**PCIT** は子ども指向相互交流(**CDI**)と、親指向相互交流(**PDI**)の2段階から成り立っています。**PCIT** では、親子で遊びながら、「子どもの適切な行動を増やすことを目的とした、適切なかかわり子どもへ適切にかかわるスキル (CDI スキル)」と「子どもとの安心した温かい関係を維持しながら、効果的にしつけをするスキル (PDI スキル)」を練習し身に着けます。

### PCIT の特徴は？

プレイルームで養育者の方にスキルを練習していただき、セラピストがその場で別室からフィードバックさせていただきます。

お子さんと養育者の方に遊んでいただく場面で、養育者の方にはスキルを練習していただきます。その様子をセラピストが別室で観察させていただき、フィードバックやアドバイスをさせていただきます。一人ではスキルを実践できるか不安な養育者の方にも安心して練習していただけます。

### どんな効果があるの？

以下のような子どもの行動や養育者の悩みに効果があります。

子どもの行動

例)かんしゃくを起こす、暴言を吐く、言うことを聞かない、自信がない、ぐずぐずする、人とうまくかかわれないなど

養育者の悩み

例)子どもに対し、イライラする、ストレスを感じる、どのようにかかればよいかわからないなど

関西学院大学文学部佐藤寛研究室では、**PCIT** の研究を行っています。

そこで、下記の①と②に当てはまる研究参加者の方を募集しています(参加費無料)。

① 3歳から7歳までの子どもの育児に悩んでいる養育者の方(「子どもがかんしゃくを起こす、言うことを聞かない、子どもにイライラする、ストレスを感じるなど」)

②養育者の方とお子様と一緒に関西学院大学心理科学実践センター(阪急西宮ガーデンズゲート館10階)に来談できる方

参加が可能な方、興味のある方は右のQRコードを読み込んでください



**PCIT** は子ども指向相互交流（**CDI**）と、親指向相互交流（**PDI**）の2段階から成り立っています。

## 第1段階：子ども指向相互交流（Child-Directed Interaction: CDI）

目標：親子の関係性を強化するために、養育者の方 **CDI** スキルを身に着けることを目指します。

(1) **CDI** ティーチングセッション(約60分/回を1回)

子どもの適切な行動を増やすことを目的とした、子どもへの適切なかかわり方である **CDI** スキルを、セラピストから養育者の方へ講義形式で学び、ロールプレイを通して練習します。

(2) **CDI** コーチングセッション(約60～90分/回を平均6回)

子どものリードに養育者がついていく形で遊びます。遊びの中で、養育者はセラピストからのフィードバックを受けながら、**CDI** スキルを練習します。養育者が **CDI** スキルを一人で十分に使えるようになり、養育者と子どもとのやりとりがよくなったら、次の段階に進みます。

## 第2段階：親指向相互交流（Parent-Directed Interaction: PDI）

目標：子どもとの安心した温かい関係を維持しながら、親が効果的なしつけをするためのスキルを身に着けることを目指します。

(1) **PDI** ティーチングセッション(約90分/回を1回)

子どもとの安心した温かい関係を維持しながら効果的なしつけのスキル(**PDI** スキル)を、講義形式で学び、ロールプレイを通して練習します。

(2) **PDI** コーチングセッション(約60～90分/回を平均6回)

養育者のリードに子どもがついていく形で遊びます。遊びの中で、養育者は **CDI** スキルを使いつつ、セラピストからのフィードバックを受けながら、**PDI** スキルを練習します。養育者が **PDI** スキルを一人で十分に使えるようになり、子どもの行動に良い変化が見られたら(親子の関係性がよいものになったら)、**PCIT** を修了します。