

# 「前向き子育てプログラム」

～子育ての悩みを解決するために～



私は、このプログラムに出会ってお母さんの子育てが楽しくなる 親子の絆が深まる 子どもが生き生きと輝いてくる・・・という連鎖反応に沢山出会いました。トリプルPがこの地域にも広がっていつてくれることを願ってやみません。ぜひご参加ください！

三浦市立病院小児科  
小澤礼美

## 子育てに自信が持てるようになる連続講座

『トリプルP・前向き子育てプログラム』はオーストラリアで開発され、イギリス・オランダなど世界 17 カ国以上で実施されている親向けの参加体験型の学習プログラムです。

親はいい子に育ててほしいと願うのに、思ったようにならないことが多いのが子育て。子どもの行動に悩み、どうしたらいいのか、行き詰まりを感じたり、自分の子育てに自信を失ってしまうときは誰にでもあります。かんしゃく持ち、ベツリくつついて離れない、叩く、かみつく、ことばの問題、集団生活でうまくいかない、とっても怖がり、第一反抗期、よく泣く、いじめ、宿題をしない、じっとしてられない、おとなしすぎる等々、成長過程では気になること、頭の痛いことがいろいろ出てきます。

子どもの問題を親がどのようにとらえて、関わりをもったらその問題が改善されるのか、子どもの発達に上手に促されるのか、それぞれの親子に合わせた方法に変えていくための考え方や、具体的なスキルを学びます。子どもの自尊心を育み、育児を楽しく前向きにしていくための連続講座です。

■ 日 程： 6月25日(金)～ 10:00～12:00 週1回程度(詳細は裏面をご覧ください)

■ 対 象： 2歳～就学前のお子さんをお持ちのお母様 託児なし

(原則、全日程に参加していただける方)

■ 講 師： 野北 康子 松岡 かおり(トリプルPファシリテーター)

■ 参 加 費： 5000円(個人電話セッション3回分込み)

テキスト代 無料 (1冊2500円は、下記助成金より支給されます)

■ 場 所： かながわ県民サポートセンター 709 710号室

■ 定 員 12名

### お申込み方法

お名前、ご住所、電話番号、e-mail など記入の上、下記まで申し込みください。

[sukupara1122@ezweb.ne.jp](mailto:sukupara1122@ezweb.ne.jp) NPO法人 葉山っすくすくパラダイス

### お問い合わせ先

NPO法人 葉山っすくすくパラダイス 080-5404-3986

このセミナーは「独立行政法人 福祉医療機構(WAM)」の助成を受けて、運営しております。

プログラムでは実際どんなことをするのでしょうか??

毎週 1 回、合計 8 回のプログラムで、内容は下記のとおりです。

セッション	内 容	ワーク形式	時 間
第 1 回 6 / 25 (金)	「前向きな子育て」とはどのような子育てなのかについて学び、子どもの行動の捉え方について話し合います。	講 義 グループワーク ロールプレイ	10:00 ~ 12:00
第 2 回 7 / 2 (金)	子どもと良好な関係をつくり、子どもの発達を促すための、10 のスキルを学びます。		
第 3 回 7 / 9 (金)	対処が難しい子どもの行動をうまく扱えるようになるための、7 つのスキルを学びます。		
第 4 回 7 / 13 (金)	対処が難しい子どもの行動が起こりやすい場面を想定し、その行動が起こらないように備えるための計画的な活動を学びます。		
第 5 回 ~ 第 7 回	先のセッションで学んだスキルをご家庭でうまく活用できているかを話し合い、お母様ご自身が工夫しながら子育てしていけるようサポートします。	個別相談 電話など	毎回 20 分 程度
第 8 回 9 / 10 (金)	子どもの行動の好ましい変化について話し合い、プログラムで学んだスキルの復習を行います。	講 義 グループワーク 全体のまとめ	10:00 ~ 12:00

第 5 回 ~ 7 回は個別の電話相談になります。

お母さまのご都合のよい日時にファシリテータがお電話をかけ、ご家庭での子育てについて応じます。

ひと足先にプログラムに参加されたお母様方の感想です！

~~~~~  
 魔の 2 歳児に振り回される日々で、何かを変えたくて受講してみました。子育てにテクニックがあるということ、問題の対応策など分かりやすい手順で学びました。  
この受講を通して、私自身が様々な「気づき」をいただけたことが本当によかったです。(30 歳代母親)

3 人の子育てをしてきて、3 人共性格も気質も違うので、どう接していいのかわからない。上の子には通じたのに下の子には通じない等、子育てへの自信を失くしていました。でも、トリプル P の技術に従い、試みているうちに、自分たちのその時々への対応の仕方によって、おもしろいように子どもが変わってきました。  
私たち親がこのような技術を知ることによって、子ども達もストレスなくスムーズに育ってくれるのではないかと思います。また、親としても迷いが少なくなりました。このトリプル P の技術・テクニックは一生の宝になったと思います。(30 歳代母親)

~~~~~