

叱ってばかりで、子育ては難しいと感じる方に

前向き子育てプログラム

Positive Parenting Program



参加者の声から

わかりやすく実践的 家の中が平和になった 教え方のコツがわかった

毎日の前向きな子育て方法を学び練習する連続講座

(個別電話相談も含む。秘密厳守)

『トリプルP・前向き子育てプログラム』はオーストラリアクイーンズランド大学の研究開発(臨床心理学・認知行動療法)され、イギリス・オランダなど世界25カ国以上で取り入れられている参加体験型の子育て方法の学習プログラムです

- 日 程 2024年5月8日(水)～7月3日(水)
週1回 毎週水曜日 全9回(うち3回は電話セッション)
- 時 間 9:30～12:00(詳細は裏面をご覧ください)
- 対 象 2歳ぐらいから小学生のお子さんをお持ちの保護者の方
- 参加費 1回2000円×6回 テキスト代5500円
- 講 師 トリプルP認定ファシリテーター 野北康子
- 会 場 いなみ小児科
- 定 員 3名程度

◆お問い合わせ先・お申し込み方法◆

いなみ小児科へお電話、または直接受付にてお申し込み下さい。
(プログラム参加前に神経外来の受診をお願いしております。
お申し込みの際に神経外来の予約もお願いいたします。)

< グループワークでは、こんなことを学びます。 >

| セッション | 内 容 | ワーク形式 | 時 間 |
|-------------------------------|--|--|----------------|
| 第1回 5/8 | 前向きな子育てとは何かを知り、子どもの行動の捉え方について学び、グループワークの目標を決めます。 | 講 義 グループワーク ロールプレイ | 9:30～ 12:00 |
| 第2回 5/15 | 子どもと良好な関係をつくり、子どもの発達を前向きに促す8種のスキルを学びます。 | | |
| 第3回 5/22 | 前向きな子育ての基本的なポイントを学び、対処が難しい子どもの行動をうまく扱えるようになる12種のスキルを学びます。 | | |
| 第4回 5/29 | 対処が難しい子どもの行動をうまく扱えるようになる5種のスキルを学びます。 | | |
| 第5回 6/5 | 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計画的な活動の手順などを学びます。 | | |
| 第6～8回 6/12 6/19 6/26 | 各セッションで学んだスキルをうまく活用できているかを話し合い、ご家族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。 ※都合のよい日時に、ファシリテーターと家庭での子育てについて話し合います。 | 個別相談 (電話) ※日程は相談の上 決定します。 | 個別相談 約20分 |
| 第9回 7/3 | 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 | 9:30～ 12:00 |

第6回～8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ーがお電話をかけ、ご家庭での子育てについて、具体的な相談に応じます。

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！

~~~~~  
第2子の誕生と共に、素直でききわけがよく育てやすいと感じていた4歳の子育てでは、困難と感じる事が多くなりました。感情的に怒ることも増え「ママはいつも怒ってばかり」といわれてはへこむ毎日。だんだん自分に自信がなくなり、周囲に現状を話して相談するもの恥ずかしいと思うようになりました。ですが、トリプルPに参加し、親子とも笑顔で毎日過ごせるようになり、家族や先生、ママ友ととても居心地がよく、一緒に子どもをよりよい子に育てるチームもできました。(30歳代母親)

日々起こる問題に圧倒され対処法もわからず行き詰っていましたが、同じような悩みを抱えているお母様たちと共感し合ったり、新たな考えややり方に気づかされたりしながら成長することができたと感じています。電話セッションでは、自分の子どもの問題に合わせた助言があり、毎週それを目指して頑張ることができました。すべてが貴重な学びの機会となりました。(30歳代母親)

一貫性を持った子育てができていなかったことに気づきました。トリプルPのたくさんのスキルを学び、事前に起こりうることを想定し対処することや、課題をクリアする対処方法を考え用意することで、家の中が平和にな