

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



子どもたちが身につけられることは…

**他の人とうまくつきあえる
気持ちをコントロールできる
独立心がある
困ったことを解決できる
自己肯定感**

毎日の子育て方法を学んで練習する体験型連続講座（個別電話相談含む。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ます。

- 日 程 2026年9月30日（水）～11月25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6000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 5名程度

◆お問い合わせ先・お申込み方法◆

いなみ小児科へお電話、または直接受付にてお申込み下さい。
お申し込みは9月18日（金）までをお願いいたします。
（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 9/30	前向きな子育てとは何かを知り、子どもの行動のきっかけや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 10/7	子どもと良好な関係をつくり、 <u>子どもの発達を前向きに促す8種の方法</u> を学びます。		
第3回 10/14	前向きな子育ての基本的なポイントを学び、 <u>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種の方法</u> を学びます。		
第4回 10/21	対処が難しい <u>子どもの困った行動をうまく扱えるようになる5種の方法</u> を学びます。		
第5回 10/28	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活動を計画する手順などを学びます。		
第6～8回 11/4 11/11 11/18	各セッションで学んだ方法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 11/25	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方法の復習を行います。	講 義 グループワーク 全体のまとめ	9:30～ 12:00

第6回～第8回は個別の電話相談です。お母さまのご都合のよい日時にあわせ、ファシリテーターがお電話し、毎日のご家庭の子育てについて、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！

~~~~~  
前向きな子育て方法の中で、子どもへの話し方、注意の仕方、子どものほめ方、特にこの3つを家族でやってみたら、子どもも親もストレスが減りました！子どもが自分でできることが増えてきました。(30歳代母親)

今、一番困っていることをプログラムで解決できた気がします。ストレスで一杯だった毎日に、子どもへの声のかけ方や対応に仕方、子どもをよく観察することなど学び、子どもの行動が変わっていくことを実感しました。また、親子の関係だけではなく、夫婦の役割分担なども相談でき、日々の子育てに役にたちました。(30代母親)

毎日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、家の中が平和になりました。(30歳代母親)