

# オンラインセミナー日曜コース

## 「前向き子育てプログラム(トリプルP)」

### グループワーク 参加者募集



「子育てってたいへん・・・」

「こんな悩みは私だけ？」

- ★誰もが持っている子育ての悩み
- ★ちょっとした方法や技術を学ぶことで、子どもとの関わりを良い方向に変えることができます



『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、世界 25 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。近畿圏では、大阪府摂津市、堺市など行政の子育て支援事業として行われています。

子どもの行動や感情を親がどのようにとらえるのか、どんな関わりをもったら子どもの困った行動が改善されるのか、子どもの発達が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に、一緒に考えてみませんか？

- 日 程： 2/28、3/7、3/14、3/28、4/4、4/11、4/18、4/25 毎週日曜日全8回コース  
10：15-12：00  
4/4、4/11、4/18の回は個別セッションになります。
- 対 象： 2歳から10歳までのお子様の保護者（原則、全日程に参加していただける方）  
＊グループセッションのため、参加される方が集中できるようご協力ください。
- 講 師： 谷川 裕子（たけの子助産院・トリプルP認定ファシリテーター）
- 参 加 費： 全8回コースで4,000円（テキスト代3,000円・郵送代込み）
- 定 員： 8名 先着順（3名に満たない場合は、延期になります）
- 参加方法：ZOOMを使ったオンライン

オンラインの参加に不安がある場合は、事前にご説明させていただきます。

◆お申込み方法 2月21日（日）締め切り

右のQRコードまたは下記URLのお申し込みフォームからお入りください。

<https://forms.gle/wK25C3XjfqmwcZ197>



◆お問い合わせ mail：[takenoko.mom@gmail.com](mailto:takenoko.mom@gmail.com)

谷川裕子（西神戸トリプルP研究会・たけの子助産院）

## <プログラムの内容>

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	方法	内 容	ワーク形式	時 間
第 1 回 2/28 (日)	ZOOM	「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	10:15 ～ 12:00
第 2 回 3/7 (日)		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 このスキルを学びます。		
第 3 回 3/14 (日)		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 3/28 (日)		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	ご自宅	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。	ご自宅で 電話か ZOOM 相談	毎回 20 分 程度
第 8 回 4/25 (日)	ZOOM	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	10:15 ～ 12:00

第 5 回～7 回は個別の電話または ZOOM 相談になります。

参加者様のご都合のよい日時にファシリテーターがお電話または ZOOM にて、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。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)

~~~~~