

各講座の目的と概要

Office MOTOHIRO

当オフィスでは基本メニューとして、3テーマの6回連続講座、3テーマの講演会をご用意しており、以下の明確な目的がございます。

- 子どもの年齢ごとに必要な知識を提供し、親が親として育つことを長い目でサポートする。
- 講演会は、養育の健康度に関係なく、一度に大勢に、広く浅く知識を手渡すことができる。
- 6回連続講座は、すべての親に必要なプログラムではなく、児相対応にならないグレーゾーンの親、地域の支援拠点などでスタッフが気になる親、子育てに困り感のある親などが「つながれる場所」として機能させることができる。グレーゾーンの親は講座後も地域で継続的に見守ることのできる、仕組みづくりを同時に行えると望ましい。
- 講演会で困り感のある親をキャッチし、6回連続講座につなぐという流れを作ることも可能。

子育て講座は、イベントのように参加人数で費用対効果を計りがちですが、セーフティネットの1つとして機能するものです。親子の育ちを守る地域のネットワークに組み込み、サポートを必要としている親に受講してもらい、日常的な支援現場で見守り続ける仕組みをデザインすることができます。講座を選ぶ際には、企画の目的は何か、どんな対象に何を届けたいか、想定する参加対象のニーズに、よりマッチするものをご検討いただければと存じます。

また、小学1年生でひらがたと足し算を学ぶカリキュラムが変わらないのは毎年小学1年生になる子どもがいるからと同じで、親達が基本的な知識を学べる場は1～3年ごとに繰り返し開催し、広報活動を継続し改善させていくことで、困った時や悩んだ時に「いつもそこにある」地域の学校やクリニックのような場所になっていくことができます。

当オフィスの講座がお役に立てましたら幸いです。

6回連続講座

- ①・・・ コミュニケーションが取れるようになった3歳以降、思春期前までに最適な内容です。
- ②・・・ 子どもの発達でまだ親の話すことが通らない0・1・2歳児の親に最適です。
- ③・・・ 子どもの年齢に関係なく、親や支援者も含めた、子どもに関わるすべての大人が対象です。

① 「たたかない どならない 子育て」

【対象】 2～10歳頃の母親（要託児・子ども同伴不可）

【講座の目的】

親子関係が悪化しつつある親は、イライラして怒鳴ったり叩いたりしてしまう自分を責めています。子どもの発達の知識と具体的な関わり方を知らないという要因と、それ以上に重要な、イライラや怒りの根っことなる親自身の課題が癒やされていないという要因にアプローチします。「知識・スキル」

「セルフケア」を学ぶ機会を提供し、親子の安心感と信頼感に基づいた関係づくりをサポートします。

【 講座の内容 】（親向けの告知文例）

「何回言ったらわかるの!？」「イライラしてつい怒鳴ってしまい、後から自己嫌悪」「ほめて育てるといって聞くけど、実際は難しい」子どもとの関わり方や自分自身のイライラや怒りに、困っていませんか？怒鳴ったり叩いたりといった「強制的なしつけ」に替わる、子どもの自己肯定感を育む「肯定的な関わり方」の具体的な方法を学び、またイライラや怒りの根っことなる親自身の癒しにも取り組めます。

- ①わかりやすい伝え方
- ②しつけの基本
- ③しつけが楽になるポイント
- ④自分を愛するという課題
- ⑤親子の感情コントロール
- ⑥否定せずに教える

【 アフターグループについて 】

子どもと一緒にいて居心地の悪さを感じている親は、そもそも人の中にいて居心地の悪さを感じます。親自身の生育歴の中で、人への安心感・信頼感が育っておらず、不安や不信が心の土台となっている場合、自主グループの中で傷つけ合う可能性が高くなるため、グループづくりをサポートしていません。また、就園後の子どもの親はグループづくりを必要としていないことも多く、人は集まりにくいです。

② 「完璧な親なんていない！」（Nobody's Perfect プログラム）

【 対象 】 未就学児の母親（要託児・子ども同伴不可）

【 講座の目的 】

親が孤立せずに、他の親とつながって支え合いながら子育てをしていけるよう体験学習し、仲間づくりのサポートをします。親の関わり方では解決しない幼児期特有の、発達が深く関わる困りごとは、当事者同士で経験を共有し合うことによる「自分だけではない、我が子だけではない」という共感と安心が支えになります。

【 講座の内容 】（親向けの告知文例）

「自分の子育てに自信が持てない」「育児に息がつまりそう」「周りは楽しく子育てしているように見えて自分の気持ちを話せない」そんな風を感じる時、参加してほしいプログラムです。安心できる場で自分のことを話したり、他の親の話を聴く中で「私だけじゃなかった」と感じて心が楽になったり、新しい子育てのアイデアを知って問題が解決したりします。はじめから一人前の親はいません。周りの助けを借りることで、親として育っていくことができます。

講座の流れは参加者と共に決めます。下記はよくある例です。

- ①知り合おう
- ②子どもとの生活の困りごと
- ③親としての子どもの関わり方・しつけ
- ④私の不安・ストレス・イライラ・怒り
- ⑤パートナーなど子育てにまつわる人間関係・ワークライフバランス
- ⑥まとめ

【 アフターグループについて 】

就園前の子どものいる母親は、親同士のつながりを一番求めています。講座の最終回で、アフターグループづくりをサポートします。

③ 「 子育て・子育て 基本のキ 」

【 対象 】 子どもと関わるすべての大人（要託児・子ども同伴不可）

【 講座の目的 】

親および子育て支援に興味関心のある大人が、個人的に子育て・子育ての知識やスキルを底上げできることを目的とするのはもちろん、子どもの育ちに対するセンサーを高めることで、行政の目も手も届かない親子のリスクに気づき、地域で日常的に周囲の親子を気かけられる人、見守れる人、話を聴ける人、つなぐ人を育成することが、講座のもうひとつの目的です。

【 講座の内容 】（参加者向け告知文例）

子どもが本来持っている生きる力、育つ力を伸び伸びと育みたい、大人のための内容です。

「私はあなたの味方だよ。応援しているよ。」子どもを愛し信頼している大人であるために。子どもの発達の基本的な知識や人権意識、コミュニケーションスキルを学びます。

- ①子どもの心の力の育て方
- ②安心感と信頼感を築く傾聴スキル
- ③問題解決力が育つ伝えるスキル
- ④子どもも大人も自分らしく生きるということ
- ⑤子どもの体が育つ環境の整え方
- ⑥絵本でできる性教育／6回のまとめ

【 アフターグループについて 】

養育の健康度の高い親、子育て支援に興味関心のある大人を対象者として想定しており、参加者が自立的・自律的であることを信頼し、グループづくりも自主性に任せサポートしていません。

講演会

④ 「子どもの発達と子育てが楽になるヒント」

【対象】 プレ親～就学前の親におすすめ（要託児またはサテライト会場設置）

【概要】

エリクソンの発達理論・アタッチメント(愛着)理論を中心に、乳幼児期に重要な心の育ちと、子どもの自己肯定感を育む親の関わり方を学びます。しつけの見通しやイヤイヤ期の理解も深めます。

【内容例】（講演時間によって異なります）

- ・乳幼児期はこころの土台づくりの時
- ・子どもの心に寄り添う ～感情の社会化～
- ・成長に合わせたしつけの見通し
- ・イヤイヤ期の理解
- ・子どもの自己肯定感を育む関わり

⑤ 「たたかない どころがない 子育て」

【対象】 2～10歳頃の親におすすめ（要託児またはサテライト会場設置）

【概要】

怒鳴ったり叩いたりといった「強制的なしつけ」ではなく、子どもの自己肯定感を育む「肯定的なしつけ」の具体的な方法を学びます。

児童虐待防止啓発事業として導入いただいたり、ペアレントトレーニング・養育支援プログラムの補助金を利用する自治体でも活用いただいています。保育士・児童厚生員研修としても活用されます。

【内容例】（講演時間によって異なります）

- ・子育ての目標
- ・セルフイメージの初期設定を手伝う
- ・「肯定的なしつけ」で安心感と信頼感を育む
- ・子どもに伝わる表現のポイント
- ・しつけの基本
- ・3種類のフォロー
- ・認める・ほめることの効果とポイント
- ・子育てで一番大切なこと

⑥ 「こころを育む親子のコミュニケーション」

【対象】 子どもと関わるすべての大人（要託児またはサテライト会場設置）

【概要】

子どもの心の育ちを支える、親の関わり方を学びます。

「肯定する・認める」「聴く・尋ねる」「伝える・話し合う」親子コミュニケーションのコツや、思春期の理解についてお話しします。参加人数によっては、参加型講座にすることも可能です。

【内容例】（講演時間によって異なります）

- ・思春期までの心の育ちを知る
- ・甘えと反抗は行ったり来たり
- ・心を充電する関わり
- ・聴くスキル
- ・「何かあったかな？」と思う時
- ・自己決定が自主性と主体性を育む
- ・気持ちを伝える！メッセージ
- ・問題解決の力を育む
- ・思春期の理解

各講座の参加者の声を、ホームページに掲載しております。

<https://office-motohiro.com>

