

平成27年度 福岡市NPO活動推進補助金事業

アクティブ・ペアレンティングの子育て講座

『ガミガミ言わずに育てる方法』

NPO法人

アクティブ・ペアレンティング共育サポート



アクティブ・ペアレンティング （AP）とは…

1983年にアメリカのマイケル・ポプキンによって考案された、親や子どもに関わる人たちのためのコミュニケーションスキルプログラム



誰の問題か区別

マイメッセージと
論理的結果

カウンセリング的
聴き方

感情を理解し選択肢を探す

行動のサイクル

怒りのコントロール

アドラー心理学

（勇気づけで自尊感情を育む）

NPO法人アクティブ・ペアレンティング共育サポート

アクティブ・ペアレンティング・ジャパン認定の資格保有者

1994年 アクティブ・ペアレンティング (AP)リーダー会



2009年 NPO法人アクティブ・ペアレンティング共育サポート

1. アクティブ・ペアレンティング（より良い親子関係講座）の提供
2. 子どもの自立と自律をうながす家族関係及び人間関係のコミュニケーションスキルを高める講演会やワークショップの開催
3. 金銭教育やライフプランニングの講演会の開催

など



現状の課題

核家族化・教育産業の多様化・将来への不安

**ガミガミうるさく言っても、問題は解決せず、
子どもとの関係が悪くなるばかり・・・**

子育ての悩み

- 子どもが言うことをきかない。反抗する。
- 怒りの感情をコントロールできずに
必要以上に怒ってしまう。
- 思い描いた子育てができずに、自分を責め、
子どもも責めてしまう。

**親(大人)が子どもとの関わり方
を学ぶ時代**

事業の目標

* ガミガミ言う・たたく・おどすことは、
効果が無いことに気づく。



* 親自身の考えや気持ちに向き合い、
怒りの感情をコントロールする方法を学ぶ。

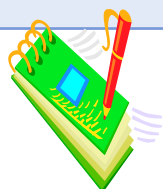


* 子どもとの信頼関係が生まれる。
しつけがしやすくなる。

ガミガミ言わずに育てる方法

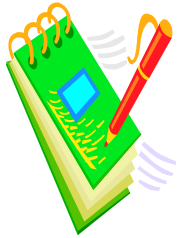


	日にち	タイトル
第1回	10月18日(木)	優しい親でいたいのに ～イライラはどこからやって来るの?～
第2回	11月12日(木)	わが子のやる気をグングン伸ばす魔法の言葉 ～小さな言葉が大きなやる気に～
第3回	12月10日(木)	どうすりゃいいの?子どものしつけ ～怒ると反抗、放っときゃそのまま～
第4回	1月14日(木)	聞いてみよう、子どもの言い分 ～子どもの行動にはワケがある～
第5回	2月18日(木)	子育てのエネルギーをチャージ! ～わたしらしさを見つける時間(ひととき)～



福岡県立ももち文化センター

10時～12時



ミニ講演
理論
技術

+

**おしゃべり
カフェ**
安心感
励まし



テーマに沿って講演



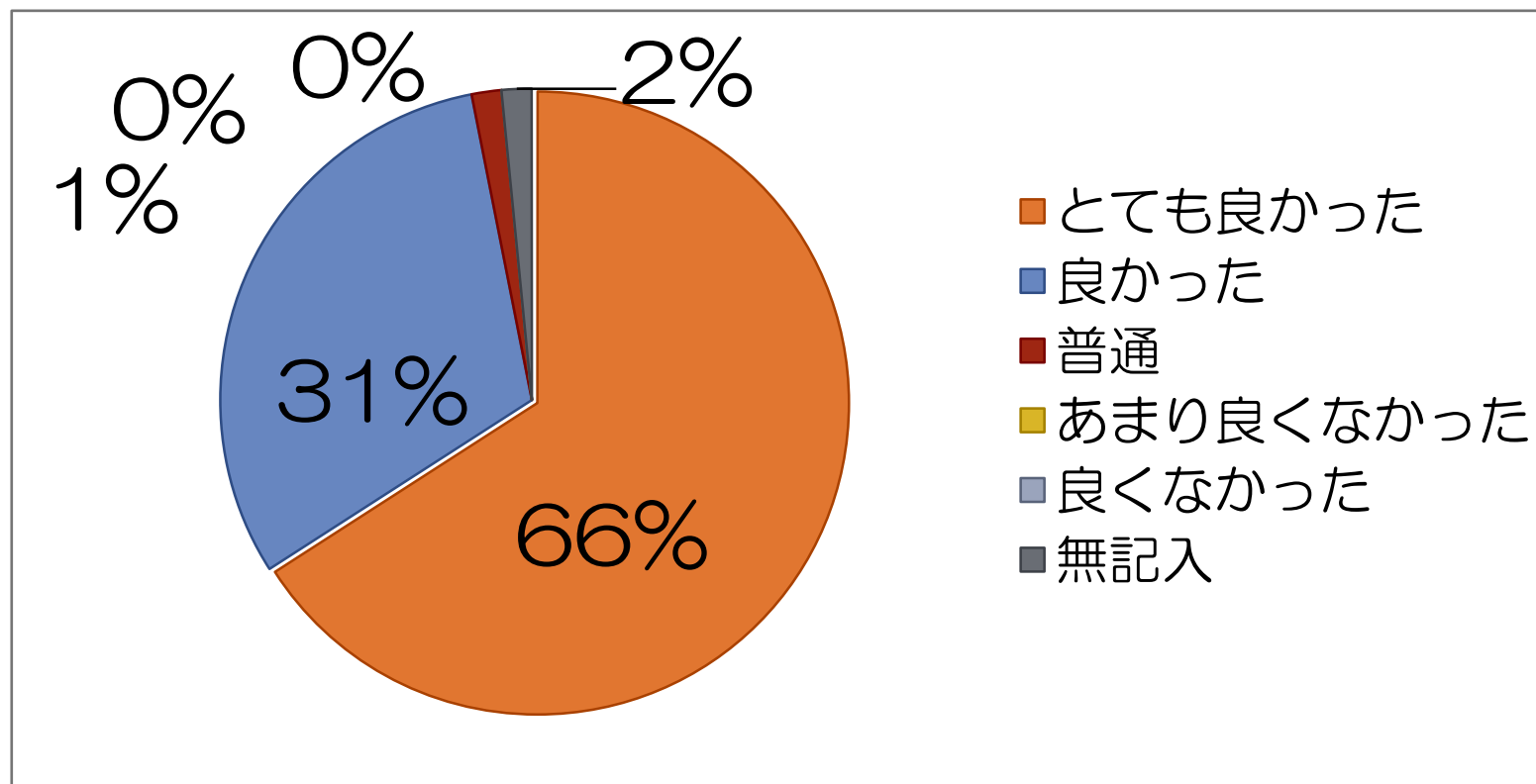
- ◆ 関わり方のヒントを学ぶ
- ◆ ワークシートに記入して自分をふりかえる

グループに分かれての話し合い



- ◆ 子育ての悩みを分かち合う
- ◆ これからの対応を考える

アンケートにみる参加者の評価



『優しい親でいたいのに ～イライラはどこからやって来るの?～』

なるほど分かった！！ガミガミのワケ。 バランスシートで自己診断

・ 今日帰ってから早速小言を言わないことから始めていきたいと
思います。自分の子どもに対するイライラが自分の都合や理想の
押しつけから来ているものだとわかりました。
子どもの考え、感覚を理解できるようにして自分のペースで楽し
みながら頑張りたいです。

アンケートより



『わが子のやる気をグングン伸ばす
魔法の言葉
～小さな言葉が大きなやる気に～』

すぐに使えるキーワードを一緒に探しましょう

- ・子どもが持っている素敵な所を認識できたのと同時に親の自分が子どもに対して欲を持って過度に干渉していることにも気づかされました。
子どもが自分を大事に思えるように勇気づけをやってみたいです。

アンケートより



『どうすりゃいいの？子どものしつけ ～怒ると反抗、放っときゃそのまま～』

A Pの効果的な方法を使って 「怒らないしつけ」をばっちりマスター

- ・「しつけ」の意味がまったく頭で考えていたものと違って、子どもの問題、親の問題でしつけが変わってくるんだと初めて知りました。
ぜんぶ自分が抱え込み過ぎないで、子どもの幸せのために、子どもに考えさせ、任せる器を持てるといいなと思いました。
感情的になりすぎず、子どもにわかりやすく、気持ちを伝えていこうと思います。

アンケートより



『聞いてみよう、子どもの言い分
～子どもの行動にはワケがある～』

絵本で学ぶ子どもの心。
ワンランクアップした聴き方レッスン

- 絵本「おごだでませんように」のお話が心に染みしました。子どもの気持ちを受けとめてあげるのはとても大切ですね。そして、子どもの気持ちを推しはかって寄り添うような受けとめ方をいろいろ学ぶことができるとてもためになりました。

アンケートより



『子育てのエネルギーをチャージ！
～私らしさを見つける時間（ひととき）～』

カフェ気分でホッとひと息。
お茶とお菓子でくつろぎながら
楽しくおしゃべりしましょう

・自分のいいところを見つけるというのは、なかなかすることがないので、新鮮な気持ちでした。
自分をほめる事に慣れてないので、もしかしたらそれが子どもに接する態度や言葉に影響しているのかもしれないと思いました。
自分のいい所、ほめてあげることがしたいです。

アンケートより



成果

→親が関わり方を学び
子育てへの意識がかわった

- ・子どもとの信頼関係が生まれる
- ・子どもの健全育成
虐待防止
- ・より良い人間関係づくり
の意識の広がり

勇気

やる気
自信や誇り

責任感

選択判断力
結果を負う

協調性

助け合い
思いやり

今後の課題と展開

子育ての悩みを一人でかかえないために…

*「よい良い親子関係づくり」のための学びの場の提供

★専門家によるアドバイスや励まし
親同士の共感や勇気づけ★

* 自分の生を喜び、自分に誇りをもって生きる



子どもに関わる全ての大人に学びの場を！

・AP講座の提供

・他団体との共同事業・連携・ネットワークづくり

