

# がんばりすぎない前向きな子育て ポジティブ・ディシプリン講座

保育あり

イライラしたり、どなってしまったり…ひとりで子育てががんばりすぎていませんか？  
子育てのストレスを軽くし、楽な気持ちで子育てに向かう方法を一緒に考えましょう。

## ポジティブ・ディシプリンの 4原則

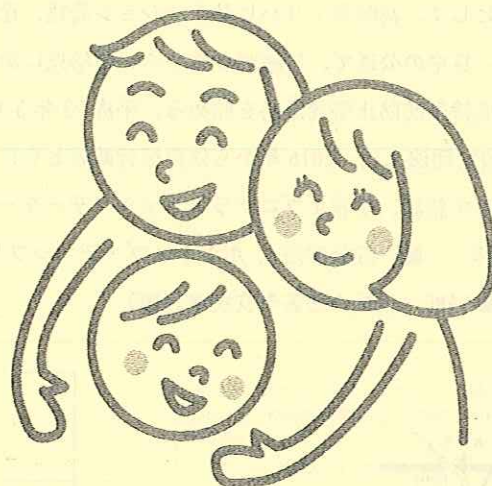
課題解決型の手法をとる  
(今日の課題は今日解決)

発達段階に応じた  
子どもの気持ちを理解する

温かさ(支え)  
を与える

枠組み(情報や  
ガイド)を示す

長期的なゴール(大人になったと  
き、こうあってほしい)を考える



ポジティブ・ディシプリン(肯定的なしつけ)とは…

「セーブ・ザ・チルドレン」が、カナダの臨床心理学博士デュラント教授とともに考案した、非暴力に根差したしつけ・子育ての効果的な手法のことです。

同じ目線で向き合って、子どもの自信と親子の信頼関係を築く、自分らしい子育てについて考えます。  
様々な状況を想定して4つのフレームワークを用いながら、長期的なヴィジョンで子どもの自主性を伸ばします。

- 開催日：10月21日(水)、10月28日(水) 全2回
- 時間：10:00~12:00
- 会場：パーティ とちぎ男女共同参画センター
- 講師：落合 香代子(一般社団法人ママリングス代表 看護師・子育て相談員)
- 対象：小学校低学年くらいまでの父母・祖父母、子育て支援者
- 受講料：1,000円 ■定員：20名(定員を超えた場合は抽選)
- 一時保育：お子さんひとりにつき1回500円(満6ヶ月以上の未就学のお子さん)
- 申込締切：9/23(水) ※締切日以降一週間程度で抽選結果を郵送します
- 申込方法：電話、FAX、HPの申込みフォームより または直接ご来館ください

### 会場・お問合わせ・お申込み

パーティ とちぎ男女共同参画センター HP：<http://www.parti.jp/>  
〒320-0071 宇都宮市野沢町4-1 (公財) とちぎ男女共同参画財団  
TEL:028-665-7706 FAX:028-665-7722 お問合せ時間...9:00~17:00  
休館日...月曜日・祝日 ※電話、FAXのお掛け間違いにご注意ください。



携帯電話からの  
お申込みはこちら

※新型コロナウイルス感染症の影響で、講座が延期等になる場合がございますのでご了承ください。  
その際はホームページでお知らせいたします。

## 受講者の声

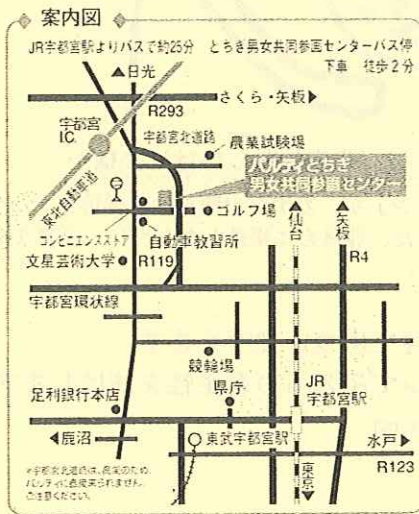
- ・ワークを通して、深く考えることができた。子どもがより愛おしくなった。
- ・今日からでもやってみたい内容でした。なぜ子どもがそういった行動をするのか、子どもの目線に立って考えるきっかけとなりました。
- ・子どもとの関わりについて冷静に考えることができました。自分にストレスがかかった時に対応する心の準備になったと思います。
- ・とても居心地が良かったです。子どもと少し離れて自分の時間が持てることでいいリフレッシュができました。

## 講師プロフィール

### 一般社団法人ママリングス代表 落合 香代子

看護師として、高齢者・リハビリテーション看護、産婦人科外来、電話相談業務に従事。8年の不妊期間と治療を経て現在2児の母。日中の公道で、父親が3歳くらいの幼児に激しい暴力をふるう虐待場面に遭遇、これをきっかけに地域の子育て支援活動、虐待予防防止啓発活動を始める。平成23年3月に江東区でボランティア団体「ママリングス」を立ち上げ、平成31年2月一般社団法人化。2016年から江東区行政とともに「こうとう子育てメッセ」「脱孤育で推進事業」を展開中。企業や行政にて子育て相談、子育てプログラムファシリテーターとして従事。

●看護師 ●一般社団法人 ポジティブ・ディシプリン コミュニティ 副代表理事 ●NPO 法人 Fine 不妊ピアカウンセラー ●SANE (性暴力被害者支援看護職)



携帯電話からのお申込みはこちら  
→



R2 ポジティブ・ディシプリン講座申込書			
FAX:028-665-7722 ※誤送信にご注意ください			
① ふりがな			③ 昭和・平成 生年 年生まれ
② お名前			
④ 性別	女・男・その他	⑤ ハルティ講座へのお申込みは	初めて 以前にもある
⑤ ご住所 (必須)	〒 _____		
⑥ お電話 (必須)	自宅 :	—	—
	携帯 :	—	—

⑦ 一時保育 (○で囲んでください)	一時保育を 【 希望する ・ 希望しない 】
	●希望する方はお子さんの人数とお名前・年齢を記入ください … 人数: _____ 人
	(ふりがな) お名前 : 生年月日 _____ 年 _____ 月 _____ 日 (女・男)
(ふりがな) お名前 : 生年月日 _____ 年 _____ 月 _____ 日 (女・男)	

※申込時にいただいた個人情報は講座に関するご連絡やセミナーのご案内以外の目的には使用いたしません

※FAX、ホームページよりお申込みの方には、3営業日以内にFAXやメール等で受付完了の返信をいたします。返信が届かない場合 お申込みが完了してない可能性がありますので、お電話等でご確認ください。