



前向き子育てプロジェクト 平成26年度事業報告書

2014

子育て支援「Pamoja」





CONTENTS

目 次

- 002 前向き子育てプロジェクト事業概要
- 004 事業の趣旨
- 006 連携団体
- 007 前向き子育てプログラムとは？
- 010 父親とペアレンティングプログラム
- 012 パパのための前向き子育てプログラム
- 017 子育て支援団体と連携した前向き子育てプログラム
- 023 子育て支援関係者の前向き子育て講座
- 026 事業の成果と課題
- 028 今後に向けて



前向き子育てプロジェクト事業概要

親が子育てスキルを身に付け、子育ての様々な困難な局面に親自身が解決していく力を培い、子育てに自信を持つとともに、父母がともに子育てを担うようにすることで子どもへの虐待を未然に防止することを目的として、実施の困難な父親に特化したグループでの前向き子育てプログラムの実施、子育て団体や子育て支援団体と連携して広い地域で必要とする親に同プログラムの実施と支援者への講座を実施する事業



父親を対象とした前向き子育てプログラムの開催

父親と母親がともに子育てを担っていけるよう、特に父親に特化したグループで連続した講座を父親が参加しやすい形で実施し、父親の子育てへの関心を高め、子育て力を培う。

(共催) NPO法人ファザーリング・ジャパン関西

子育て団体、子育て支援団体と連携した前向き子育てプログラムの開催

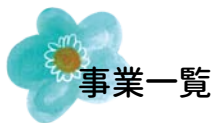
子育てに困っている親が子育てスキルを身に付け子育てに自信が持てるように、各団体と連携して広くプログラムを実施する

(共催) 守口市・NPO法人キッズぽてと

子育て支援関係者を対象とした前向き子育て講座の開催

子育て支援者・関係者の理解を広げ、必要な親のプログラムへの参加につなげる。

(共催) NPO法人キッズぽてと



事業一覧

パパのための前向き子育てプログラム

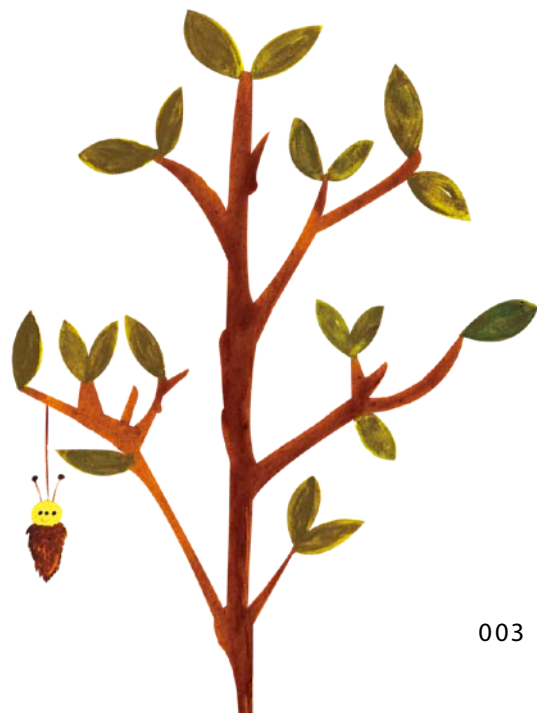
日程 10/18・11/1～22 毎土曜 全5回
時間 ①② 13:30～17:30 ③④個別対応 ⑤ 13:30～15:30
場所 枚方市立総合福祉会館ラポールひらかた
対象 2歳～12歳の子どもの父親
参加 1歳～小学生の父親 8名
託児 利用者なし
共催 NPO法人ファザーリング・ジャパン関西
後援 枚方市
広報 チラシ 3,500枚 HP

前向き子育てプログラム

日程 ① 10/24～12/5 毎金曜 ② 1/15～2/26 毎木曜 ③ 1/19～3/2 毎月曜 各全7回
時間 10:00～12:00
場所 ①摂津市立正雀市民ルーム ②守口市市民保健センター ③摂津市立コミュニティプラザ
対象 2歳～12歳の子どもの親
参加 0歳～小学生の母親 32名
託児 0歳～4歳 各10名 託児スタッフ 各回4～6名
共催 ①③NPO法人キッズぽてと ②守口市
後援 ①③摂津市・摂津市教育委員会・吹田市・茨木市
広報 チラシ 8,000枚 守口市・摂津市広報紙 HP

子育て支援関係者の前向き子育て講座

日程 ① 9/26 ② 11/28
時間 15:00～17:00
場所 ①摂津市つどいの広場「ちいさなうち」
②守口市文化センター
対象 子育て支援関係者
参加 子育て支援関係者 34名
共催 ①NPO法人キッズぽてと
後援 ②守口市
広報 チラシ 300枚 HP





事業の趣旨

1. 児童虐待の未然防止

児童虐待は年々増え続けており、2013 年度に全国の児童相談所に対応した児童虐待の件数は速報値で 73,765 件、前年度より 7,064 件 (10.6%) 増、10 年前の 2.8 倍となっています (2014 年 8 月 4 日厚生労働省)。虐待の未然防止として、虐待に至る前の適切な支援、虐待が深刻化する前の早期の対応が必要とされており、それぞれに適した様々なレベルでの支援が課題となっています。

また、摂津市子ども・子育て支援ニーズ調査結果 (2014 年 2 月) では、子育てをつらいと感じている人ほど悩んでいることや気になることが多く、特に「子どもとの接し方に自信が持てない」は子育てを楽しんでいる人が 9.0% に対し、66.7% と差が大きくなっています。さらに「子育てのストレスなどから子どもにきつくあたってしまう」は、子育てをつらいと感じている人の就学前児で 76.2%、小学生で 74.1% と子育ての最大の悩みとなっています。こうした結果からも、虐待につながらないよう、子どもの接し方を学び、子育てに自信を持つことが必要です。

子育ての早い時期に、親が子育てスキルを身に付け、子育ての様々な困難な局面において親自身が解決していく力を培っていくことは、虐待の未然防止、進行防止に有効であり、本事業は誰もが参加できるすべての親のための前向き子育てプログラムを活用して、児童虐待の未然防止を図るものです。

2. 地域連携活動

子育てや子育て支援の団体、グループと連携して実施することで、前向き子育てをより広い地域で実施できるよう、また、より広範な人に知ってもらい、様々な親が参加できるように取り組みを進めます。

父親を対象とした事業では、当事者団体であり、関西で多彩な活動を展開している父親の子育て団体と連携し、当事者ならではの視点を踏まえて共催としました。

同じ摂津市を活動の拠点としている、つどいの広場を主宰し、講座時等の託児や様々な子育て支援を妊娠期から進めている団体との共催を通して、団体との関係を深めるとともに、他市の子育て支援団体ともつながりを拡大していけるよう取り組むものです。また、前向き子育てプログラムを実施していない地域で実施できるよう、子育て支援に取り組む行政と共催で事業



を行い、事業の拡大を図っています。

共催団体ばかりではなく、他の団体とも広報活動等を通して連携しながら、前向き子育てを広めていけるよう取り組むとともに、連携して実施することで互いの活動を高め合い、得意なところの活用、違った視点の拡充など、活性化し合い事業の充実と拡大を図っていきます。

3. 父親を対象とした事業

子育ての孤立化、男女共同参画、児童虐待防止など、様々な形で父親の子育てへの関わりは課題としてあげられており、父親と母親がともに子育てを担っていけるよう具体的な取り組みが求められています。昨年度実施した単発の父親講座での前向き子育てプログラムの受講希望、プログラムに参加した母親からのニーズも寄せられています。

前掲の摂津市調査結果では、子育てがづらいと感じている人は、「母だけで子育て」の方が多く、さらに「子育てのストレスから子どもにきつくあたってしまう」は就学前児 33.7%、小学生 32.6%と、「ともに子育て」の方よりそれぞれ 8.4 ポイント、14.2 ポイント高くなっており、父親の子育てへの関わりが重要となっています。

父親も子どもとの接し方を学び、自信を持って子育てを担っていけるよう、父親が参加参画しやすい父親に特化したグループで実施するものです。



連携団体

NPO法人ファザーリング・ジャパン関西



父親を対象とした事業において共催

（役割：企画／運営／調整／広報 等）

「笑ろてるパパがええやん！」を合言葉に、個性豊かな子育て現役のパパたちが、笑っているパパを増やし、子育てに優しい、楽しい社会にするために活動しています。笑いの本場関西から笑っている父親を増やします！

パパが笑えば家族が笑う。地域が笑う。社会が笑う。

[Tel 080-6229-5164（事務局） <http://fjkansai.jp/>]

NPO法人キッズぽてと



摂津市で実施する事業において共催

（役割：講座時の託児／講師派遣／会場設営／広報／会場提供 等）

摂津市でつどいの広場「ちいさなおうち」の運営や一時保育、子育て講座の企画・運営など地域に根差した子育て支援活動を行っています。

[摂津市正雀本町 1-28-6 Tel 06-7503-2515 <http://www.eonet.ne.jp/~kids-poteto/>]

守口市



守口市で実施する事業において共催

（役割：会場借上げ／会場設営／広報／参加者受付・対応 等）

連携窓口は、子育て支援課相談係で、特に家庭児童相談、児童虐待相談・通告窓口を担う部署が中心となって事業を共催。家庭児童相談は、0歳から18歳までの子どもについての悩みや問題の相談に対応し、必要に応じて地域の関係機関と連携して問題の解決につとめるものである。2013年度には、親を対象とした単発の前向き子育て講座を市主催で開催し、参加者から前向き子育てプログラム実施のニーズが寄せられており、今回の共催実施となった。

前向き子育てプログラムとは？

前向き子育てプログラム（トリプルP）は

子育ての悩みを解決し、子育てに自信を持ち、
楽しく前向きにしていきます。

- ◇ 子どもがのびのびと育つための温かな家庭環境作り
- ◇ 家庭・学校・地域社会における問題の予防



Triple P（トリプルP）とは、Positive Parenting Program の3つの頭文字から名付けられ、日本では「前向き子育てプログラム」として活用されています。オーストラリアのクイーンズランド大学で開発された子育てプログラムで、科学的根拠に基づきながら、誰にでもわかりやすく、すぐに実行できるように構成されています。子育ての「困ったこと」に有効な技術を学び、子育てに前向きに取り組めるよう、そのための方法やアイデアを提供しています。すべての親のために、それぞれの親子に合わせた方法を実践していくための考え方や具体的なスキルを学び、問題となる行動を予防し、子どもの自尊心を育みながら、子育てを楽しく前向きにしていきます。

※トリプルPの導入国 = オーストラリア・イギリス・アメリカ・カナダ・シンガポール・ニュージーランド・オランダ・ドイツなど22か国以上

トリプルPには、5つの介入レベルがあります。

ここでは、レベル4の「グループトリプルP」を使って事業を実施しました。

グループトリプルPは

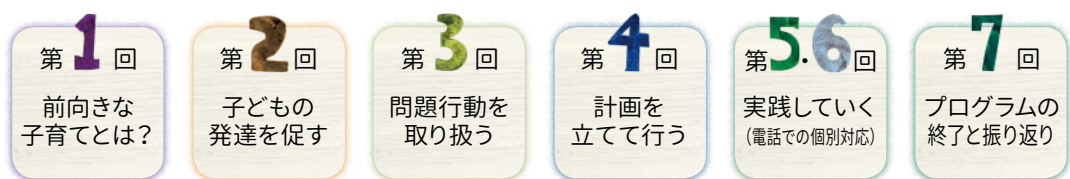
- ◇ 2歳～12歳の子どもの親を対象
- ◇ 10人程度のグループで実施
- ◇ 週1回、計7回の連続講座
- ◇ グループワークのセッションと電話による個別対応のセッション
- ◇ DVD、ワークブックの活用、講義、ロールプレイ、エクササイズなど



親が子育てスキルを学ぶ

親は応用性の高い理念を身に付けられる。

子育てのほとんどの局面に前向きに取り組めるようになる。



前向き子育ての5つの基本原理



前向き子育てプログラムで学ぶ17の技術

子どもの発達を促す10の技術

子どもとの建設的な関係をつくる

- ① 子どもとの良質な時間をつくる
- ② 子どもと話す
- ③ 愛情を示す

好ましい行動を育てる

- ④ 子どもをほめる
- ⑤ 子どもに注目している気持ちを伝える
- ⑥ 夢中になれる活動を与える



新しい技術や行動を教える

- ⑦ 良い手本を示す
- ⑧ 時をとらえて教える
- ⑨ アスク・セイ・ドウ
- ⑩ 行動チャート



子どもの問題行動に対応するための7の技術

- ① 基本ルール
- ② 対話による指導
- ③ 計画的な無視
- ④ はっきりとおだやかな指示
- ⑤ 問題に応じた結果
- ⑥ クワイエットタイム
- ⑦ タイムアウト



ハイリスクな状況に、17の技術を使い計画された活動の手順を作成



電話セッション

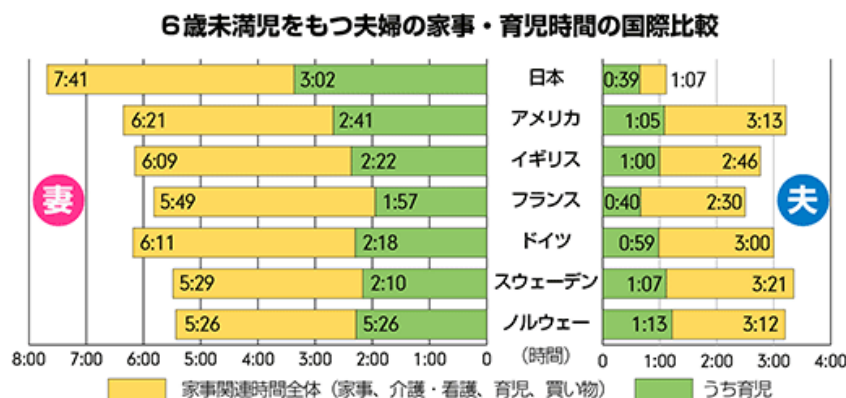
1週間に1度、個別に電話で対応し、子育て技術の実践を確認し、個別の課題に親自身が自分で対応していけるよう支援します。

前向き子育てプログラムでは、特定の行動に注目しながらも、親は子育てのほとんどの局面に前向きに取り組むことのできる、応用性の高い理念を身につけることができます。子どもはいつも成長し続け、成長に応じて新しい問題が出てきますが、前向き子育てプログラムで培った問題へ対応する枠組みを活用して前向きに子育てを楽しむことができます。

父親とペアレンティングプログラム

近年、子育てを取り巻く環境は急速に変化し、都市化核家族化が進み、今ほど夫婦だけで子育てをしている時はないと言われています。また、コミュニティの養育力も低下し、子育てのスキルが伝承しにくい上、少子化に歯止めがかからない状況で孤立している夫婦も少なくありません。このような中、今回父親に実施した前向き子育てプログラム（トリプルP）を共催して頂いた「ファザーリング・ジャパン」のホームページを見てみると、以下のような調査がありました。

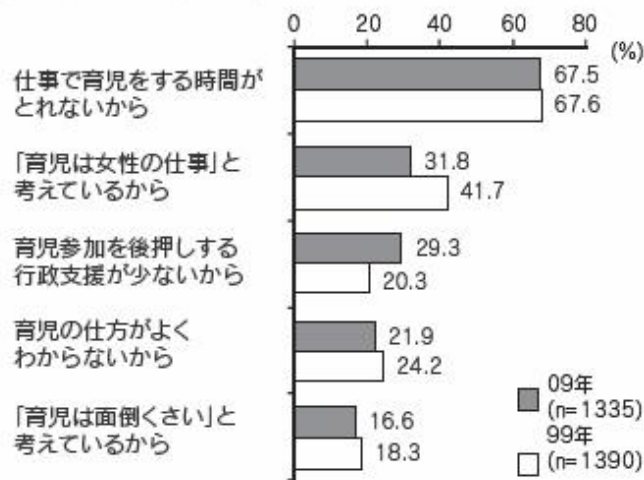
総務省「社会生活基本調査」（平成 23 年）によると、6 歳未満児のいる世帯について、1 日の家事・育児関連時間をみると、夫は 1 時間 7 分（うち育児時間は 39 分）である一方、妻は 7 時間 41 分（うち育児時間は 3 時間 22 分）となっています。



女性の社会進出が進んでおり、1997 年には専業主婦家庭よりも共働き家庭が多くなりました。「厚生労働省：国民生活基礎調査の概況（2012）」によると、今や就労している母親は 64% と 10 年前比で 11%ポイント増加し、末子が高校生になると 76% の母親が就労しています。しかし、日本では「男は仕事、女は家事・育児」という性別役割分業の意識がまだ強く、女性の就労化ほど男性の家事・育児分担は進んでおらず、「男は仕事、女は仕事と家事・育児」と言えるほど母親の負担は大きく、産後うつや育児ノイローゼの問題もあり、父親の育児参画は必要不可欠です。と父親の育児参加を呼びかけ、色々なイベントを開催されています。

再度、この統計を見てみますと、我が国の父親の育児時間は 1 日約 39 分と家事時間も含め他の先進国に比べ非常に短く、女性が家事、育児を殆ど担っている様子が分かります。別な統計では、6 歳以上になると益々父親の家事への参加が減り、主たる家事担い手（多くは母親）がいない時は誰がするのかの問いに、長子の割合が高く、子どもの年齢が上がると共にその比率は上がり、父親の参加度が減る方向にありました。また、総務省統計「社会生活基本調査」（平成 23 年）によりますと、次のようになっています。

図4 男性が育児参加する割合が低い理由



「育児は女性の仕事と考えている」が、この10年で10%も減りましたが、「育児の仕方がよくわからないから」というのはほぼ横ばいで、意識の変化があっても依然強くあることが分かります。

私がお母さんにトリプルPの電話セッションをしている中で、父親と子育てスキルを話し合え共有出来るだけでも、母親のストレスや不安感が凄く変化します。別の、虐待をしてしまっている親の回復支援プログラム「MY TREE ペアレンティング」でも、自分自身子どもに怒りをぶつけてしまっている怒りの裏側が整理でき前を向き出せた時、夫が妻や子育ての大変さを理解してくれる人と、そうでない人では大きく違います。しかし、「妻に相談されてもどうしたら良いか分からない」と言われることも多々あります。お父さんも子育てスキルが身に付くと、互いに助け合え、母親の孤立感も少なくなります。

カナダでは父親の子育て参加への意識を啓発するために、様々な取り組みが行われており、日本に比べその意識は数段高いようです。そのカナダでトリプルPはポピュレーション（子どもが6歳になるまでに、必ずどのレベルでも一度はトリプルPが受講されるように設定されている取り組み）で実施され、高い効果を発揮しています。日本での「育児をしない男を父とは呼ばない」というような厳めしいものでない、カナダの「お父さんは、地球で一番すてきな仕事」というスローガンのように、スキルをちょっと学ぶだけで、楽しく子育て出来るトリプルPをお父さんにも提供できる機会を多く使って、楽しく前向き子育てに向って欲しいと思います。

「子育てスキルは、子育てのためだけではなく仕事にも役に立つ」と講座に参加されたお父さんの声もあります。スキルを身に付けて、仕事にも様々な関係にも活かしながら、大変な子育てを夫婦で乗り越えることで、さらに豊かな関係に、そして豊かな人生になっていけることと思います。

(文責：白山真知子)



パパのための前向き子育てプログラム

日 時	2014 年 10 月 18 日・11 月 1 日（土）午後 1 時 30 分～5 時 30 分 11 月 22 日（土）午後 1 時 30 分～3 時 30 分 11 月 8 日・15 日（土）個別対応 ※全 5 回
場 所	枚方市立総合福祉会館ラポールひらかた
対 象	2 歳～12 歳の子どもの父親
ファシリテーター	白山・寺田
参加者	8 名（枚方市・大阪市・京都府）
共 催	NPO 法人ファザーリング・ジャパン関西
後 援	枚方市



パパに特化したグループのプログラムで特に配慮したこと

参加しやすい設定

- 回数を減らし、1 回の時間を長くする
- グループワークの間隔を隔週とする
- 土曜日の午後開催
- 個別対応は、希望により電話または面接とする
- 個別対応の時間は夜間も含めた柔軟な設定
- フォローは別日程の面接も含めた柔軟で充実した対応とする



参加者の声

- 開催日がもう一日あったら良かったと思います。
- セッション2は、もう少し時間をかけても良かったかも知れません。
- 他にプログラムがあれば知りたい。時間が少なく感じた。
- 1 日に 2 時間位で進めて頂いた方が、自分には合っているように思いました。（1日に2回のプログラムは長い）

- 
- 一見当たり前のようで、自分では全く気付かず出来ていなかったことが、はじめて見る技術を教えて頂き、それらを頭において考え行動するだけで、自分も子どもも驚くほど変わることができたように思います。本当にありがとうございました。
 - 自分が穏やかだと家族が穏やかになれることがわかりました。
 - 自分が変わることで子どもが変わったことに気づいた。
 - セッション3での知識を子育てに活用してます。
 - 危ないから手をつなぐのではなく、何気なく子どもが自分の手をつないできたのは初めてで、こんな手のつなぎ方ができるのがうれしかった。
 - 何回言ってもできなかったことが、1回だけ穏やかに言うことで子どもが自分できるようになった。自分から「やったよ」と言ってきて、ほめることで子どもとの関係がよくなった。
 - 描写的にほめるのは難しくなくていい。子どものしていることをオーム返しで言えばいいとわかって、子どもに注目していることをほめることであらわせるようになった。
 - 呼ばれたら子どものことを優先させると、子どもも落ち着いて手伝いもしてくれるようになった。また、ほめられたことは、子どもが繰り返すのがわかった。
 - 親子で感情的になっていたが、子どもの暴力もはげしかったのが減って、あってもおさまるようになり、親も穏やかに対応できるようになった。



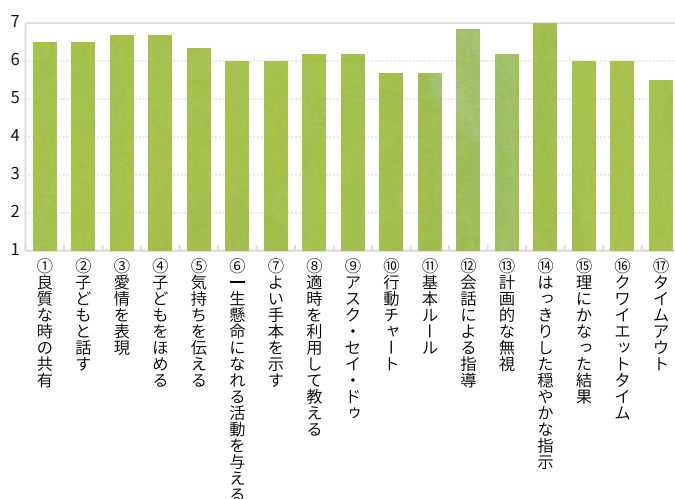
ファシリテーターの声

- 参加の理由は様々だが、参加された方がこのプログラムの有効性を実感されたことがパパ講座を実施した成果だと思う。
- 「ぜひ、妻にもこのプログラムを受講させたい」という言葉が、パパ・ママも一緒に子育てを楽しみたいというメッセージに聞こえた。
- スキルを使うエクササイズでの場面設定に、ママだけのグループとの違いを感じた。
- 行動記録が心に残った人が多く、行動の「見える化」を仕事にも役立てたいという人もいた。
- 会社での人間関係に役に立つという声にパパ講座の特長を感じた。特にアスク・セイ・ドゥがあげられていた。
- 参加しやすいように、2回のセッションをまとめて1日とする設定としたが、実際に実施してみると、毎週各セッションごとに、実際に家庭でスキルを使ってみる方がわかりやすく、毎週実施することの良さを感じた。



参加者アンケートからプログラムの有効性と満足度を検証

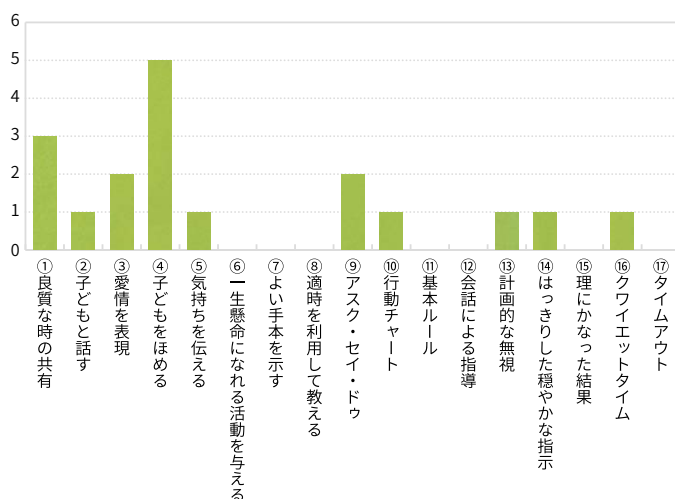
子育てに有効だった17の技術



前向き子育てで使用する17のスキルについて、自分の子育てに有効であったスキルを1～7段階で評価して頂いた結果、すべての項目で5以上の評価が得られました。日々の生活の中で、子どもと一緒に過ごす時間が短い父親にとっても、この子育ての17の技術は有効であったと考えます。その中で

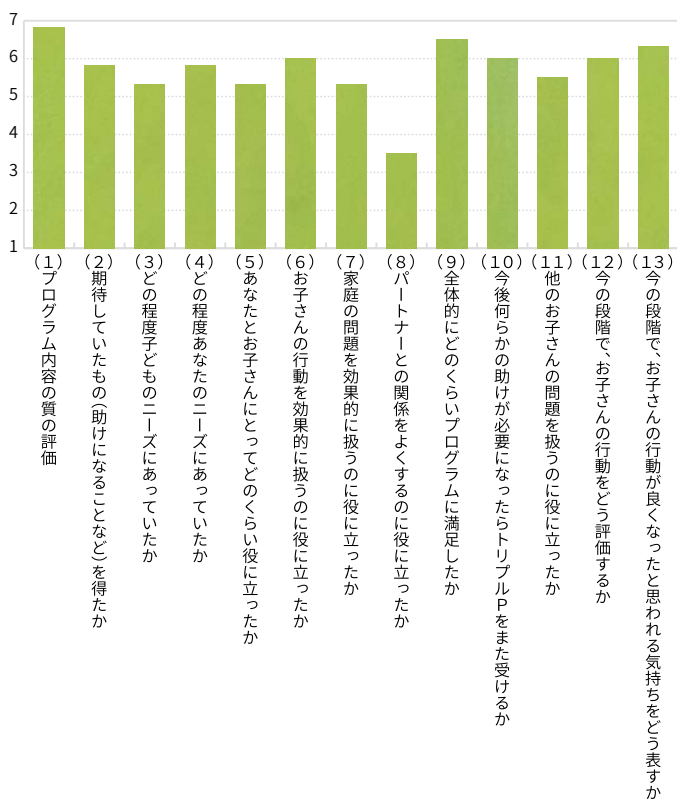
も、「子どもと親の良好な関係づくり」のスキルや「会話による指導」「はっきりと穏やかな指示」に使いやすさを感じられているのがわかります。

よく使った17の技術



最上位は「子どもを描写的にほめる」で、非常に高くなっており、次が「良質な時間」です。また、「愛情を表現」「アスク・セイ・ドゥ」など子どもの発達を促す10のスキルを多く使われていることが分かります。一方、子と親の良好な関係をつくりながら、「計画的な無視」「穏やかな指示」「クワイエットタイム」などの問題を解決するスキルも使われています。

プログラム終了後の参加者による評価



7段階で評定してもらいました。プログラムの質(1)、満足度(9)、有効性(5)(6)など、殆どの項目に高い値を示しており、プログラム実施において高い評価を得たと考えます。

P A P A





成果と課題

- ① 父親の子育てグループと共催でプログラムを実施することができ、同じ父親ならではの運営に関する意見などをいただき、参加しやすい設定とすることができた。また、今までの範囲を超えて広くプログラムについて知らせることができた。さらに父親を対象とした事業での連携を進めていきたい。
- ② 後援の枚方市の家庭児童相談所には、広報、会場借上げ等について協力をいただいた。昨年度にパパ講座を市の主催、当団体委託で開催した経過もあり、パパプログラムの意義は共有されており、本事業の成果と課題を踏まえて、今後の展開につなげていけるよう連携を図ってきたい。
- ③ 父親の参加しやすいよう、グループワークを隔週2回、セッションを2回分ずつ実施したが、実際に実施してみると、参加者もファシリテーターも毎週各セッションをする方が良かったという結果となった。個別対応も全員電話による対応となった。また、欠席者には別日程で時間をかけて対面での補講を行った。実際に実施することでわかることは多く、柔軟性のある幅広い対応とともに、今後のパパプログラムの実施が拡大されるように進めていきたい。
- ④ 初めてホームページでの募集とweb申込を行ったが、特にweb申込は有効であった。
- ⑤ プログラム実施後のアンケート等の結果から、子育て技術の有効性、プログラムの質、満足度などの評価は高く、参加者の声も含めて子育てに効果のあったことがわかる。効果について広く知らせ、他団体との連携を図りながらさらに実施できるよう取り組んでいきたい。



子育て支援団体と連携した前向き子育てプログラム

日 時	① 2014 年 10 月 24 日～12 月 5 日 毎金曜日 午前 10 時～12 時 ② 2015 年 1 月 15 日～2 月 26 日 毎木曜日 午前 10 時～12 時 ③ 2015 年 1 月 19 日～3 月 2 日 毎月曜日 午前 10 時～12 時 ※各全 7 回
場 所	① 摂津市立正雀市民ルーム（阪急京都線正雀駅近く） ② 守口市市民保健センター（京阪西三荘駅） ③ 摂津市立コミュニティプラザ（阪急京都線摂津市駅前）
対 象	2 歳～12 歳の子どもの親
ファシリテーター	① 鈴木・稲村 ② 白山・田中 ③ 茗荷・寺田
参加者	32 名
共 催	①③ NPO 法人キッズぽてと ② 守口市
後 援	①③ 摂津市・摂津市教育委員会・吹田市・茨木市



参加者の声

役に立った・助けになった

- とても助けになりました。ぜひ、子どもを持つ親へのプログラムとして、早い段階で受けれる事を願います。わが子は5歳の男の子ですが、今からでも原点にもどり頑張ります。
- 初めての子育てで悩んでいた私に、母親が教えてくれたことがきっかけでした。出会えて本当に良かったと思います。常にお守りを持っているような気持ちです。子育ては先の見えない不安がありますが、常にテキストをそばに置いて毎日を楽しく過ごしていけるようにしたいです。ありがとうございました。
- ハイリスクの状況を迎えたが、学んだ技術（行動チャート・タイムアウトなど）を使ってハイリスクをクリアできとても感動した。
- 受講前に比べて親子の関係がよくなったように思います。具体的な技術があり、子育てに取り入れやすかったです。前半はわからなかったことが多かったですが、連続して受講することでたくさんのことが身に付きました。



- 何をしたらいいのか、どのようにすればいいのかの子育ての方向性が見えたように思います。
- わかりやすく適切な内容でした。よかったと思う。
- 週1回、子どもと離れて講座を受けること自体が気分転換になったし、テキストに書いてある子育てのスキルもとても役立ちました。他の方の話を聞き、とても参考になったし、参加して良かったです。
- 他の方の意見や状況を聞くことができ、参考になった。ワークを解くことで身につけ、アドバイスをもらえるので勉強になった。手探りだった子育てを整理できたことがとても良かった。
- 他の方の話が参考になって、グループワークの良さを感じた。
- 受け身だけの講座ではなく、自分の考えを発言できたり、他の人の意見を聞くことができてよかった。みんな同じようなことで、悩んでるのがわかって楽になりました。
- 個別の電話セッションが良かった。
- たまに理解するまでに時間がかかり、わからなくなることがありましたが、ちょうどいいプログラムと思います。また、受けてみたいです。
- たくさんの方からアドバイスを頂き、話を聞いて頂いたことによって、状況や子ども、そして自身を受けとめることができた。まだ解決していない事も多くあるのですが、少しずつ前に進みたいと思います。
- 子どもは困った行動もあるが、親の気持ちが穏やかになり、子どもを連れて外に出る機会も増えて余裕ができてきた。自分を客観視できるようにもなった。このプログラムで教わったことを応用して息子のペースに合わせて使っていきたいです。
- 2時間みっちりなのに全然たりない!と思えるほど充実した時間だった。

親が変わると子どもが変わるのを実感

- 親と子は合わせ鏡だと感じた。親が穏やかだと子どもも穏やかでいられる。
- 子どものいい行動に着目してほめるように切り替えて、イライラが減り冷静になれた。
- 親がほめることが増えて、子どもはほめられる行動が増えた。イライラして手を出すことが多かったが、自分が楽になれる方法を見つけることができた。
- 子育てに自信が持てるようになった。感情のコントロールが親子でできるようになり、クールダウンの仕方を学べた。
- 子どもの問題行動ばかりに目を向けていたが、子どもの良い所から前向きに注目することで子どもも変わっていった。
- 子どもができないことをどうしたら良いかを考えられるようになった。親も冷静になることで子どもの良い所も見えるようになり、それをプラス思考に変えていけた。これからもそうしたい。

- 
- 学んだことはたくさんありました。良質な時間を過ごすことが、子どもを変えていきました。親も変われば子も変わると実感しました。
 - 良質な時、行動チャート、描写的にほめるなどの技術をつかって子育てに前向きになれた。親子とも自信が持てるようになった。「自分を大事にする」ことが大事と学んで、疲れたら休んでいいんだと思えるようになった。
 - 何気なく子育てしていたことを意識的に＋系統立てて教えて頂いたので整理しやすかったです。「ほうび」も抵抗を持っていたのですが効果的に使えばよいことも分かりました。親が実践してみると子も変わることを実感できたので今回学んだことをベースにこれからの子育てに役に立てていきたいと思います。ありがとうございました。

家族・パートナーと話し合えた

- 職場復帰に向けて、パートナーと話し合い、ハイリスクの状況を想定し、生活の役割分担、手順など前もって準備、練習をしている。
- 自分が落ち着いて、「描写的にほめる」や「アスク・セイ・ドウ」の技術が自分なりに使えるようになり、パートナーや子どもにやってほしいことに対応できた。パートナーが動いてくれるようになり家事などの協力がえられた。
- 同居の両親とこのプログラムで学んだことなど話し合うことができ、かんしゃく、間違っただけについて家族のルールを決めて共有することができた。協力が得られ、ストレスが軽減された。
- 買い物など出かけるときに前もって準備することで少し楽になった。学んだことをパートナーと話し合う事ができて良かった。出産予定なので、大変になると思うけどセッション2を大事にしたい。

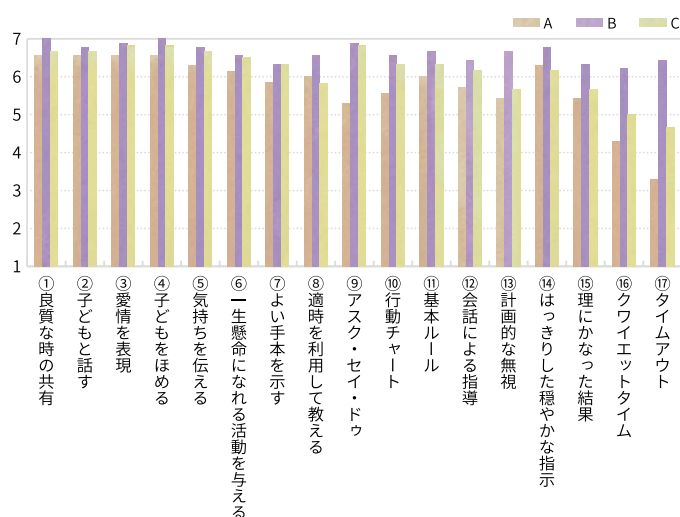
時間が足りない・もっと学びたい

- 時間が少し足りない。もう少し1回のプログラムごとの時間があって、ゆったり話をしたり話を聞けたらいいなと思いました。
- あっという間だったので、考えたり、記入の時間がもう少しあればなお良かったと感じています。先生、職員、託児してくださった方々ありがとうございました。
- テキストの例題が、実際の生活にはないものもあったので、今の問題を実際に書き込んで考える時間がもっとあればと思った。
- プログラムのDVDが字幕だったので、スピードがゆっくりだとよいと思います。
- プログラムの進み方が早く、聞き落している所がたくさんあったと思います。
- 私にとっても子どもにとっても良い息抜きの場になりました。ありがとうございました。理解するのに時間がかかってしまうので、もう少し、ゆっくりすすめて頂けるとたすかります。
- もっと時間がほしかったです。終了後などに。



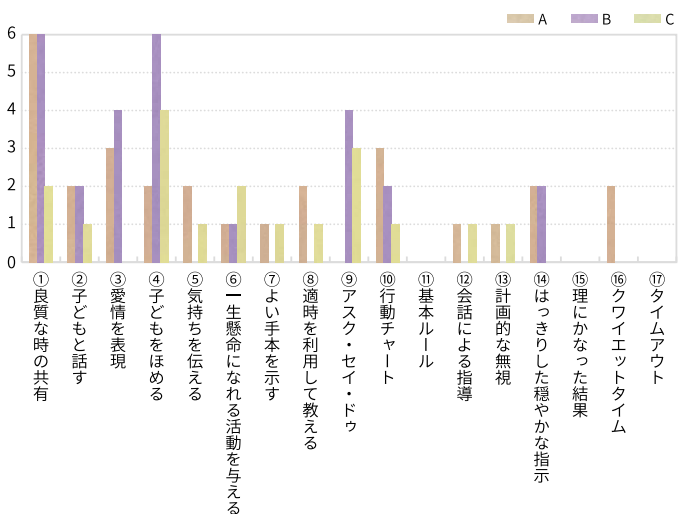
参加者アンケートからプログラムの有効性と満足度を検証

子育てに有効だった17の技術(グループ別)



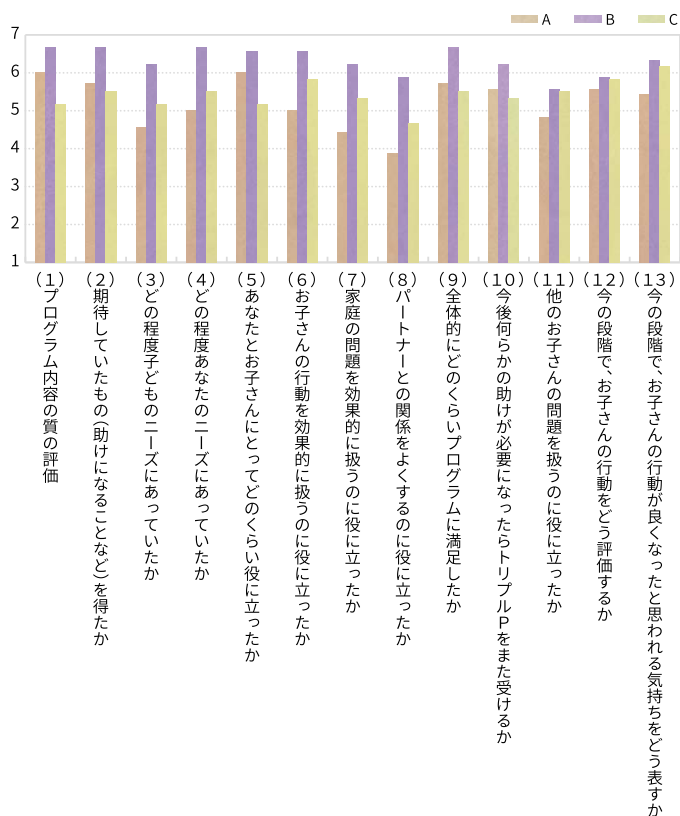
どのグループにおいても、「良質な時」などの親子の関係づくりや「子どもをほめる」などの好ましい行動を育てる技術は、7段階評価の6以上と高い評価となっています。Bはすべての技術で6以上の高い評価で、Cは特にアスク・セイ・ドゥが高く、行動チャートも高くなっています。問題行動に対応する技術では、どのグループも基本ルール、はっきり穏やかな指示が6以上と高くなっています。Aのクワイエットタイムとタイムアウト、Cのタイムアウト以外は基準の5を超えた評価となっています。Aグループは子どもの年齢がすべて幼児で、特に2歳が多かったことが特徴としてあり、有効なスキルの度合いの違いとして表れていると考えられます。

よく使った17の技術(グループ別)



上位3つの技術を見ると、どのグループにも挙げられているのが「良質な時」、2つのグループで挙げられているのは「ほめる」「愛情を表現」「アスク・セイ・ドゥ」となっており、親子の関係、好ましい行動を育てるなどの発達を促す技術がよく使われているのがわかります。

終了後の評価 (グループ別)



プログラムの質(1)、期待に対する結果(2)、有効性(5)、満足度(9)など、どのグループでもほとんどの項目にほぼ高い値が示されており、プログラムに対する評価を得られたものと考えられます。





成果と課題

- ① 守口市開催のプログラムは受付開始後3日で申込が定員を上回るほどニーズが高く、プログラムへの期待の高さがうかがえた。前年度に親向けの講座の開催、支援者講座を通して親への呼びかけの促進、同市では初めての取り組みなどが背景、要因として考えられる。広報紙も1面で詳細に掲載されており、参加経路に広報紙が挙げられるなど、その効果もあったと思われる。また、行政との共催の効果も大きい。
- ② 守口市のプログラムは、初日は風を伴う大雨だったが全員参加で、参加者の熱意と期待の強さに次年度実施の検討も出され、次につながる取り組みとすることができた。
- ③ 摂津市での開催事業は「キッズぼてと」との共催で、他市のつどいの広場を通しての広報にも拡大することができた。様々な場での活動を通してつながった参加者もあり、共催の強みも発揮することができた。ぼてとが主宰するつどいの広場を講座欠席者の補講の場として使用することもでき、子どもを連れて安心して利用できる場となった。保育スタッフの確保も、今回のように同時期に2か所開催では、本団体だけでは困難な点もあり、連携できてよかった。前向き子育てプログラムへの理解がさらに広まり、別の場でのぼてととの協働など、次へとつなげていくこともできている。
- ④ アンケート結果から、プログラムで学んだ各技術の有効性やプログラムへの評価も高く、子育てに有効であったことがわかる。参加者からはプログラムが役立ったこと、親の自信につながったことや気づきなどが声としてあげられている。
- ⑤ 後援の各市からもチラシの配布や親への声かけなど、様々な協力をいただくことができた。結果を踏まえて、次年度事業の検討へと展開されているところもあり、ますますの拡大が期待される。



ずぶぬれで子どもが全部
服を着替える必要があるほどの雨の
中、講座に通われてきて、「親子とも
にがんばって参加してるなあ」と
感動しました！（託児スタッフ談）

子育て支援関係者の前向き子育て講座

日 時	① 2014 年 9 月 26 日 (金) 午後 3 時～ 5 時 ② 2014 年 11 月 28 日 (金) 午後 3 時～ 5 時
場 所	① 摂津市つどいの広場「ちいさなうち」 ② 守口市文化センター
対 象	子育て支援関係者（保育・教育・保健・地域子育て支援・行政 等）
講 師	① 稲村 ② 白山
参加者	34 名（摂津市・吹田市・茨木市・高槻市・守口市 等）
共 催	① NPO 法人キッズぽてと
後 援	② 守口市



講座の目的

子育て支援に関わる関係者のための講座を開催し、子育ての状況や虐待の未然防止、対応と親支援プログラムについて学び、前向き子育てプログラムをその利点や有効性とともによく知らせ、スキルの活用と、必要な親へのプログラムの参加の促進を図る。



講座の内容

- ◇ 現代の子育ての特徴 児童虐待の状況
- ◇ペアレンティングプログラムのいろいろ
- ◇ 前向き子育てプログラムの利点
- ◇ 前向き子育てプログラム（トリプルP）の紹介
5つの介入レベル 特にレベル4のグルーptripルPの紹介
- ◇ 前向き子育てプログラムの有効性に使用するアセスメント
親の子育てスキルに関して／子どもの行動の長所と難しさについて／親の精神状態について
- ◇ プログラム実施前後の比較による検証（エビデンス）
- ◇ トリプルPのスキルをワークで体験する



参加者の声

とても良かった 21 人・良かった 11 人 満足度 100% (回答率 94.1%)

役に立つ情報が得られた … 29 人 日々の生活や活動に役に立った … 16 人

スキルアップにつながった … 14 人 抱えていた問題・不安の解消につながった … 5 人 その他 … 2 人

取り組みやすい・わかりやすい

- 具体的なお話が聞けて良かった。
- DVDがとても為になる内容だった。
- ワークも具体的なことがわかり、また楽しかったです。
- 事例をあげてのお話でとてもわかりやすかったです。
- 自分自身を見直すきっかけ、そしてスキルアップにつながりました。ワークも為になりました。
- とても実践的でとりくみやすい内容だと思います。肯定感をベースにして、子育てのスキルが身に付くことで、子育ての大変さがやわらぐことがよくわかりました。
- プログラムの概要について知ることができました。今までは曖昧なイメージしかなかったのが受講して本当に良かったです。
- 一度にいろいろと取り組んでいくのは大変かと思いますが、少しずつ段階を踏んでももらえる様なんで良い事だと思いました。大変ためになり良かったです。自分自身の子育てにもヒントとしていきたいですし、またお母さん達にも伝えていけたらと思います。

親に伝えたい・子育てに生かしたい

- 子育てに余裕がなく「母」であることに押しつぶされそうな母親をよくみます。そういう方々に知っていただきたいと思います。
- 保護者の方へのアドバイスなどさせていただく際に少しでも役に立てるよう伝えていきたいです。
- 保護者とのおつきあいの中で役立てたいと思います。
- 保護者にとってもとても参考になる（子育てが精神的に楽になる）と思います。
- 現在いつも怒ってばかりいる子のためにも今日のことを参考に頑張ります。
- 自分の子育てを振り返り、もっと子どもにわかりやすく話せるようヒントをいただきました。
- 自分がしっかり理解したら他の人にもすすめられると思います。子どもの問題行動の学びについては、驚くことばかりでした。日頃気をつけていきたいと思います。

子どもとの関わりの大切さ

- つい「～してはいけない」と言いがちであるが、肯定的に接することの大切さがわかった。

- 子どもに関わること、向き合うことの大切さを改めて感じました。そのためには、生活、健康面での安定がとても大切だと思いました。
- 「具体的にほめる」「前向きな言葉で注意する」この二つから実践していけたら良いと思いました。
- 仕事上、子供達への対応に役立てることが出来ます。先生同士のコミュニケーションにも大変役立つのではと思いました。

期待・要望

- もっと深く学びたいと思いました。
- 機会があれば障がい児対応の内容をお聞きしたいです。
- DVDが字幕ですが日本語吹替え版があるとわかりやすいと思いました。
- 思春期のトリプルPが日本でできたら是非とも参加したいです。
- トリプルPがもっと広まっていきますようお願いします。
- これからも多くの方々に伝えていただきたいです。とても素敵な活動です。
- 困っている人よりも、子育ての人たちが気軽に学べるようになったらいいなと思います。(少しとっかかりが必要ですね。)
- とてもいい内容だったので、もう少し講演を聞かせてほしかった。
- 若い保育士等にも聞ける時間帯か曜日であれば参加できたのに、今日はその分残念でした。



成果と課題

- ① ①はキッズぽてととの連携事業として実施したため、特に各市のつどいの広場の運営者、スタッフの参加が多く、参加者の広がりが得られた。また、近隣市の行政から今後の施策検討としての参加もあり、次につながる契機とすることができた。
- ② ②は守口市の後援を得て、積極的な協力もあり、幼稚園、保育所、保健関係、相談関係の方の参加があり、本講座を通してその後の前向き子育てプログラムへの参加を親に勧めるなど、プログラム参加の促進につながった。ただ、参加が難しい日程・時間だという指摘がアンケートにもあり、参加者は予定より少ない状況となった。参加希望やニーズは寄せられており、今後さらに多くの方に参加していただきやすい日時の設定を検討していきたい。
- ③ 受講者の満足度は高く、前向き子育てプログラムと活動への理解が進み、子育て支援や保育の場での子どもや親への対応、自身の子育てへの活用などが参加者の声として寄せられている。



事業の成果と課題

1. 前向き子育てプログラムの効果

連携団体、後援団体の協力を得て、広く参加を募集し、本プログラムを広く知らせることができた。開催市及び近隣市を中心として、府外からの参加もあり、参加者の紹介による参加もあった。参加者アンケートの結果、プログラムの技術の有効性は全技術の平均が、6.2の高い評価を得ている。特に親子の関係づくりや好ましい行動を育てる技術の有効性への評価は高く、またよく使われてもいる。プログラムの評価として、高いグループでは質・満足度・期待への結果ともに、6.67、有効性 6.56 と非常に高くなっている。他のグループも質・満足度で 6.0、子どもの行動の変化への気持ち 6.17 など高い評価が得られている。参加者の子どもの年齢等による違いはあるが、どのグループにおいても効果があったと認められる。参加者の声としても、「とても助けになった」「常にお守りをもってる気持ち」「親が変わると子どもが変わるのを実感」「パートナーと話し合えて協力を得た」「子育てに自信ができた」などが寄せられている。また「子どもを持つ親へのプログラムとして、早い段階で受けられる事を願います」という声もあり、今後に広く役立てたいと思う。

2. 児童虐待の未然防止

参加者の中には、子どもをたたいてしまうことをつらく思っている方も複数おられた。思うようにいかない子育てに、たたくことで対応してしまい、さらに自分を責めるという循環から、「良質な時の共有」などを使うことで気持ちが楽になり、子どもも落ち着いて遊べるようになった、以前より甘えてくるけど受け止められるようになり、気がついたらたたくことがなくなっていたという方もおられた。できないことにばかり気をとられてしんどくなっていたのが、やれたことに目を向けることで気持ちを切り替えて少し楽になったという方もあった。親のストレス度が非常に高かったのが激減して、数字にも楽になられたことが表わされている。「自分を客観的に見れるようになって落ち着いた」「冷静になってイライラが減った」「怒ることが減った」「親子で感情のコントロールができた」「イライラして手を出すことが多かったが、自分が楽になれる方法を見つけることができた」などの参加者の声にも、虐待の未然防止として、前向き子育てプログラムのスキルの効果が表わされている。



3. 地域連携の取り組み

当事者団体、地域の団体、他地域の団体と連携して共催で事業の取り組みを進めることができた。今までの活動範囲を超えて、プログラムの認知と理解を拡充できたこと、それぞれの団体が持つ幅広いネットワークを活用して取り組んだこと、様々な視点の共有や各団体が持つスキルやパワーなどが連携を通して互いに活用し合えたことなどが、成果としてあげられる。前向き子育てプログラムを今後も実施できるよう取り組みが検討されたり、プログラムを活かした協働事業が進められることになったり、様々な形で今回の連携を活かして次の取り組みへと展開が進んでいる。今後、今回の連携団体との関係をさらに進めていくとともに、後援団体や協力団体等との関係、また、新しい関係を働きかけながら、プログラムを広く実施していけるよう取り組んでいきたい。

4. 父親を対象とした事業

集まりにくい父親だけのグループでプログラムが実施できたこと、さらにアンケート結果や参加者の声からも、プログラムがパパの子育てに有効であったという結果が事業の成果としてあげられる。有効なスキルは全項目の平均で 6.23 と高くなっており、プログラムへの評価は、質が 6.83、満足度が 6.5 と高評価となっている。参加者からは「自分が穏やかだと家族が穏やかになることがわかった」「頭において行動するだけで、自分も子どもも驚くほど変わることができた」「危ないから手をつなぐのではなく、何気なく子どもが自分の手をつないでいたのは初めてで、こんな手のつなぎ方ができるのがうれしかった。」という声もあった。スキルを身に付けることで親子関係が変わる、パパが変わると子どもも家族も変わるのがわかる。今回の実施を通して得たものを広めることで、父親を対象としたプログラムの実施がしやすくなるよう、働きかけていきたい。



今後に向けて

前向き子育てプロジェクトの事業実績、成果と課題を踏まえて、今後さらに広めていけるよう取り組みを進めていきます。

1. 前向き子育てプログラムの拡大

- 行政、団体等に働きかける取り組み
- 学校、幼稚園、保育所、子育て支援施設・団体等での事業の取り組み

2. 広範な連携の取り組み

- 様々な団体との連携による取り組み
- 父親を対象とした事業の取り組み

3. 企業の理解と協力を進める取り組み

4. ホームページの充実など広報活動の強化



「Pamoja (パモジャ)」＝スワヒリ語で「一緒に」

子育て支援「Pamoja」

「前向き子育てプログラム」を通して、子どもの自尊心を育み、
親が子育てを楽しく前向きにしていけるよう活動しています。2013 年 1 月設立。

- ＊「前向き子育てプログラム」の実施
- ＊自治体や諸団体へのファシリテーター派遣
- ＊子どもや子育てを支援する活動



事業の実施にあたり、連携団体をはじめ、後援、チラシ
配布や掲示、参加への声かけなど、ご協力いただいた行政、
団体、施設、関係者のみなさまにお礼を申し上げます。
また、ご参加いただいたみなさまには、たくさんのご意見、
ご感想、ご協力をいただきありがとうございました。

発 行：2015年3月

発行者：子育て支援「Pamoja」

〒566-0011 大阪府摂津市千里丘東4-22-20

tel.080-1528-0872 fax.06-6382-9070

E-mail: info@pamoja115.org

Directed by 稲村 幸子
Designed by ゆうき工房

