



～子育て支援センター 子育て講座のご案内～

9/11(月)～全4回の講座です。

## 「安心感の輪」子育てプログラム



お母さんが子どもの「安心基地」となれるようなかわり方をいっしょに探してみませんか？

「安心感の輪」子育てプログラムは、親子の間に育まれる安心感＝アタッチメント（愛着）に注目した子育てプログラムです。

アタッチメントとは…「愛情」というような意味で使われることが多いのですが、本来は不安なときにお父さんやお母さんなど安心できる大人にくっついて安心したい…という、人が本来持っている基本的欲求のようなものです。

安定したアタッチメント（必要なときに安全と安心を与えてもらえる関係性）は、子どものこころとからだの発達を支えると言われています。

「安心感の輪」子育てプログラムでは、子どもに必要な「ほどよい子育て」を目指します。気軽に楽しみながら、お子さんとの「安心感の輪」をみつけてみませんか？ 🍡

### ～ 期待できる影響 ～

50年間の実証研究で明らかになってきたアタッチメントが安定した子どもの特徴は次のとおりだと言われています。

- ◆ 養育者と幸せな感情を味わえます
- ◆ 養育者に怒りを示すことが少ないです
- ◆ 困った時に、養育者に助けを求められます
- ◆ 自分自身で問題を解決できます
- ◆ 友だちと仲良くできます
- ◆ きょうだいの仲が良いです
- ◆ 自尊感情が高いです
- ◆ ほとんどの問題には対処できていると思っています
- ◆ 愛する人たちを信頼します
- ◆ まわりの人に優しくできます

### ～ プログラムの内容 ～

※ 今回は前半4回までの内容です

1. 「安心感の輪」子育てプログラムへようこそ
2. 「安心感の輪」をめぐる子どもの欲求を知ろう
3. 「安心感の輪」に寄り添うこと
4. 赤ちゃんの「安心感の輪」に寄り添うこと
5. 安心感の道のり
6. 自分自身の課題をみつめる
7. 関係のほころびと修復
8. まとめとプログラム修了のお祝い

### ～ プログラムの進み方 ～

子どもを理解し、安心感を与える関わりについて、ヒントとなるDVDをみながら考えたり、お話をしたりします。

のんびり ゆったり…  
温かい雰囲気です



講座の間、ボランティアさん等が可能な範囲でお子さんをみるお手伝いをさせていただきます。



対 象 : 0～5 歳くらいのお子さんがいるお母さん（養育者）。  
できるだけ 4 回参加していただけたらありがたいです。

場 所 : 坂城町子育て支援センター

持 ち 物 : お子さんのオムツ等必要なもの、お母さんの飲み物、筆記用具（ボールペンなど）

日 程

今回は「安心感の輪」子育てプログラムの前半（1～4）を全 4 回で実施します。

|   |             |                       |             |
|---|-------------|-----------------------|-------------|
| 1 | 9 月 11 日(月) | 「安心感の輪」子育てプログラムへようこそ  | 10:00～11:00 |
| 2 | 9 月 19 日(火) | 「安心感の輪」をめぐる子どもの欲求を知ろう |             |
| 3 | 9 月 25 日(月) | 「安心感の輪」に寄り添うこと        |             |
| 4 | 10 月 6 日(金) | 赤ちゃんの「安心感の輪」に寄り添うこと   |             |

☎ 申込み欄は、今月のすくすくひろば参加申込書にありますのでご確認ください。

不明なことなどありましたら、坂城町子育て支援センター(0268-82-2291 担当：山本)までお気軽にお問い合わせください。



#### ～これまでの参加者の声～

- ・「『安心感の輪』の動きに気づき、小さい子だけではなく、もっと大きい子にも言えることなんだと思いました」
- ・「赤ちゃんにもいろいろな感情や欲求があることがわかりました」
- ・「完璧じゃなくていいんだ、とホッとしました」



みなさんとお子さんの「安心感の輪」を一緒にみつけれられることを楽しみにしています。

お気軽にご参加ください 🐭