

## おやこを支援する プロジェクトって？



このプロジェクトは、子育てをしている養育者（親）を支援するため、2015年11月に始まった研究開発事業です。

現実の子育てはきれいごとではありません。子どものこと、生活のことなど思うようにいかないことで、時には悩み、子育てに行き詰ってしまうこともあります。そのような時に、養育者を支援する効果的なプログラムがあるのですが、なかなか困っている方に届いていないのが現状です。

この事業では、子育てに何らかの難しさやお困りを感じる方に、モニターになっていただきます。モニターの方には、その方に合ったプログラムを受講していただき、その費用をプロジェクトが助成します。そしてプログラム受講前後の変化や感想を教えてください。その情報を活用し、個々の家庭のニーズにあった支援を提供できる仕組みづくりを目指します。

## 募集要項

募集期間 2021年7月 まで

- 応募条件
- 18歳未満の子どもの保護者
  - 子育てに関することで悩んでいる人、困っている人
  - 東京近郊で開催されるプログラムに、数ヶ月～1年程度継続して参加できる人（開催地や期間・回数はプログラムによって異なります）
  - お子様の行動や特性、養育者自身の育ち、子育て環境などをおうかがいするインタビューやアンケートに協力し、そのデータを研究に使用することを承諾できる人（データは匿名化され、個人情報に留意して本研究のみに使用します）
  - 応募者には、面談を行います。場合によっては、受講費用の一部を自己負担いただくたり、他の支援を紹介することもあります

応募方法 裏面のお問い合わせ先まで、メールまたはお電話でお申込みください

## お問い合わせ・お申し込み

oyako.m2016@ml.riken.jp

048-462-1111 内線7838  
(平日午前9時半～午後5時半)

理化学研究所 脳神経科学研究センター  
親和性社会行動研究チーム  
〒351-0198 埼玉県和光市広沢2-1  
担当 白石・大平・田中

お気軽にお問い合わせください  
ご家族や関係者からのご相談もお受けします

子どもたちが安心して暮らせるために、  
子どもだけでなく、養育者（親）も、  
家族を支援する人たちも、  
みんなが安心・安全で満足できる社会に  
貢献したいと考えています。

興味のある方はホームページをご覧ください。

<http://parent-supporters.brain.riken.jp/index.html>

<https://www.jst.go.jp/ristex/stipolicy/project/project32.html>

## おやこ支援プログラム モニター事業

養育者や子ども、家庭の支援を目的とし、プログラムを紹介しています。

数ヶ月～1年のプログラムを受講し、その事前事後のアンケートやインタビューに研究に協力してくださる方を募集しています。

モニターの方には、プログラムの受講費用を助成します。

こんなことで困っていませんか？



子どもが言う  
ことを聞かない

子どもの行動に  
イライラする

子育てについて  
周囲に批判される

子育てがづらい

子育てを完璧に  
したいができない

子どもが泣くと  
気分が落ち込む

子どもをつい  
たたいてしまう

自分の子ども時代  
を思い出して苦しい

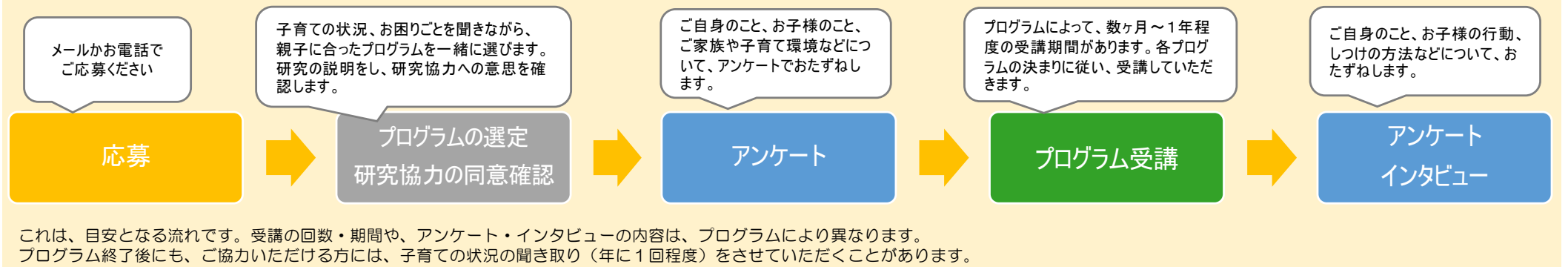
子どもを育てる  
自信がない

子どもが  
かわいくない



科学技術振興機構 社会技術研究開発センター  
「科学技術イノベーション政策のための科学」領域  
家族を支援し少子化に対応する社会システム構築のための  
行動科学的根拠に基づく政策提言 研究代表：黒田公美

## モニター参加の流れ



## プログラム紹介

ピーシーアイティ-

PCIT



親子間の愛着（アタッチメント）の回復と養育者の適切なしつけをめざす行動療法です。原則2歳～7歳の子どものとその父母を対象に、実際の子どもののかかわりの中で保護者の方へのコーチングを行います。回数の目安は12～20回です。より短期集中的に学ぶCDITトレーニングもあります。

トリプル ピー

Triple P



前向き子育てプログラムとも呼ばれています。子どもの発達を促しつつ、親子のコミュニケーション、子どもの問題行動への対処など、それぞれの親子に合わせた方法に変えていくための考え方や具体的な子育て技術を学びます。グループと個別の両方の部分があり、夫婦で参加することもできます。

フレンズプログラム



「フレンズフォーライフ」（8～15歳）、「ファンフレンズ」（4～7歳）ともに、楽しい活動や遊びをベースとした様々なワークを通して“楽しみながら”レジリエンスを高めるスキルと知識を学びます。子どもはレジリエンスを高め、目標達成のために自分の力を発揮できるようになります。また、過度なストレスや不安を予防し、いじめや不登校などの問題を未然に防ぐことが出来るようになります。

ケア

CARE



子どもとのよりよい関係づくりを目指すプログラムです。理論的な学びと、実践的なロールプレイを通して、子どもの肯定的な行動を促し、指示に従う機会を増やすための基本的なスキルを獲得していきます。大人（親だけではなく子育てに関わる人）を対象に、通常2～3回程度で行われます。お子さんの年齢は、2歳前後から思春期までです。

エーエフ シーベティ-

AF-CBT



家族の中での言い争いや怒り、しつけや体罰などについての心配事を抱えた家族のための心理療法プログラムです。5～17歳の子どものとその父母が参加して、親子別々のセッションでそれぞれの回復を図った後で、親子合同セッションでお互いへの理解や親子間の好ましいコミュニケーションの取り方などを一緒に学びます。半年から1年程度の時間をかけ、じっくりと親子双方にはたらきかけ、親と子どもをつないでいきます。

マイ ツリー

MY TREE



「子育てが苦しい」「子どもを無視したり叩いてしまう」そんなあなたを大切にす親の回復プログラムです。身体と心のリラクゼーション法の習得、自尊感情の回復、子育てが楽になるコミュニケーションとしつけ方法の練習を、10人程度の匿名グループ（男女別）の支え合いの中で行います。13回の心理教育セッション+3回の個別セッション+同窓会です。

父・夫としての  
よいコミュニケーション  
を学ぶプログラム（男性向け）



男性の養育者が、パートナーや子どもとよいコミュニケーションを行う考え方や方法を学ぶことを助ける教育プログラムです。



養育者と子のプログラム



養育者の個別プログラム



養育者のグループプログラム



子どものグループプログラム

この他のプログラムも支援できる場合がありますので、ご希望があれば、ご相談ください。