

親子の絆^{きずな}づくりプログラム 赤ちゃんがきた！ (略称：BP)

— 思春期から花ひらく0歳時期の育児 —



最初から一人前の親はいません。
赤ちゃんを育てながら、
また、まわりのサポートを受けながら
少しずつ親は親になっていくのです。

0歳時期は“親子の絆づくり”にとって、
とてもたいせつな時期です。
赤ちゃんの世話をするなかで
自然に「親子の絆」は深まります。

“安全で、愛され、守られている”という
「親子の絆」を感じながら育つなかで、
赤ちゃんの心に、“心の安定根”がはぐくまれます。

“心の安定根”は、子どもが思春期をのりこえ、
社会の中で自立していくための力になります。

0歳時期にはぐくまれる“心の安定根”は
子どもにとって親から与えられる「一生の宝物」です。

**0歳児を初めて育てている母親のための
仲間・きずな・学びのプログラムです。**

◆今なぜ、BPプログラムなのか？

・核家族化がすすみ、孤立して育児をしている親
がたくさんいます。孤立は不安やストレスの最
も大きな原因です。BPプログラムは、親同士
をつなぐことをひとつの目的にしています。

・子どもの健全な成長には、適切な環境と適切な
親のかかわりが必要です。特に、0歳時期にし
っかり“親子の絆”をつくるのが、子どもに
とっても親にとっても非常に大切なことです。

・現在の母親父親が育った時代は、少子化が進ん
だ時期です。そのため、乳幼児と接する機会が
ほとんどないまま、わが子が生まれてはじめて
赤ちゃんを抱くという親が多くなっています。
今の日本社会では、育ちのなかで自然に子ども
の発達や子育てについて知る機会がありません。
そのため学ぶことが必要です。

BPでは、子どもの発達をベースにした「少し
先を見通した子育ての知識」を学びます。一方
向の知識の提供だけではなく、参加者同士が安
心して話し合うなかで、育児の知識やスキル、
親の役割などを参加者同士で学び、深めます。

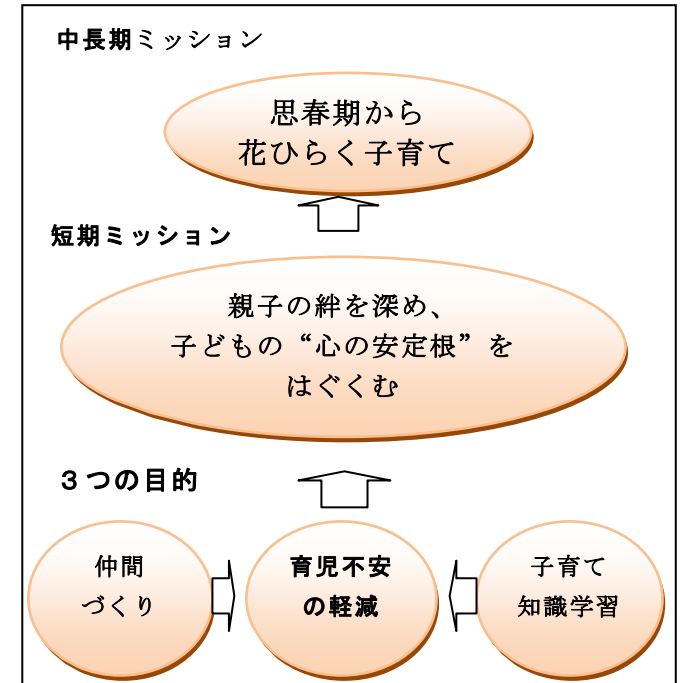
・はじめから完璧な親などいません。ひとりで子
どもを育ててゆくことはできません。子どもの
幸せを願い、親自身が協力しあいながら学び、
親として育つ場が今、求められています。

BPはそのような機会を提供します。

◆BPとは、どんなプログラム？

☆ 初めて赤ちゃんを育てている母親のための
プログラムです。

BPの目的とミッション（使命）



目的を達成するための工夫

1. NP的手法を用いて、安心・安全な場所を提供
することにより、仲間づくりをサポート
2. 映像を使い、0歳時期に知っておいてほしい子
育て知識を学習
3. トレーニングを受けたBPファシリテーターで
あれば、誰にでも質の高いプログラムが実施でき
るように工夫

◆BPは、どのようにおこなわれますか？

安全で安心できる雰囲気の中で、自分の育児の喜びや困りごと、親としての迷いなどを話し合いながら、これからの子育てに必要な知識を学ぶ、参加型のプログラムです。

★2つのタイプがあります。

- ・前期（2～6か月児とその母親）
- ・後期（5～8か月児とその母親）

前期に参加できなかった方のために後期プログラムを用意しています。

BPプログラムの内容（前期後期共通）

| | |
|-----|---|
| 対象 | 第1子と母親 20組まで |
| 時間 | 約1時間30分。その後の30分は質問や交流タイム。（合計2時間） |
| 回数 | 毎週1回、合計4回 |
| その他 | ・資格あるファシリテーター2名で進行。 参加者10組までの場合は1人のファシリテーターとアシスタントで実施。 |



◆BPプログラム、独自のテキスト

「思春期から花ひらく0歳時期の育児」

テキストはプログラムの核となるもので、親に必要な情報を提供し、子育てで直面するさまざまな悩みや問題に対処できるよう、読みやすく工夫されています。

本テキストの最大の特徴は、子どもの心の発達と親の役割について、思春期までを見通して、わかりやすく書かれている点です。



◆BPプログラムに参加すると・・・

- ① 子育て仲間ができます。
- ② 赤ちゃんとのかかわり方を学ぶなかで、赤ちゃんがますますかわいく思えるようになり、親子の絆が深まります。
- ③ 他の親も同じように悩んでいることがわかって、安心したり、話し相手ができることにより、育児の不安が解消され、ストレスが軽減します。
- ④ 孤立から開放されることで、子ども虐待の予防になります。
- ⑤ 子どもの心身の発達を学ぶことで、焦らず、完璧を求めない「思春期から花ひらく子育て」をめざすことができます。



日本でBPが誕生した経緯は？

KKIでは、2003年よりカナダ生まれの親支援プログラム Nobody's Perfect（完璧な親なんていない！、通称：NP）に、本格的に取り組んできました。NPは0歳～就学前の子どもを育てている親を対象とした参加型のすばらしいプログラムです。NPを実践するなかで、0歳の赤ちゃんを初めて育てている親向けのプログラムの必要性を強く感じ、BPを製作しました。BPは、NPの良いところを取り入れながら、独自の手法をもちいています。

☆ご不明の点は、下記KKI事務局まで、お問い合わせください。

NPO 法人
こころの子育てインターねっと関西 (KKI) 略称
〒636-0143
奈良県生駒郡斑鳩町神南 4-6-35
TEL/FAX (0745) 75-0298
<http://www9.big.or.jp/~kokoro-i/>
E-mail npo-kki@nifty.com

© NPO法人こころの子育てインターねっと関西

(2010年10月20日初版)