

エンジョイ! 子育てプログラム 2017 参加者募集

駒沢学園心理相談センター主催

3歳～8歳のお子さんを持つ保護者の方対象
無料子育て支援プログラム

月曜グループ
月曜日 10:30～12:00

第1回: 10月2日
第2回: 10月23日
第3回: 11月6日
第4回: 11月27日
第5回: 12月11日

フォローアップ・セッション
2018年3月12日

火曜グループ
火曜日 10:30～12:00

第1回: 10月3日
第2回: 10月24日
第3回: 11月7日
第4回: 11月28日
第5回: 12月12日

フォローアップ・セッション
2018年3月13日



実施場所：
駒沢学園心理相談センター内 集団面接室
〒206-8511 稲城市坂浜238
TEL 042-350-7187 (直通)

プログラム責任者： 藤川 麗
駒沢女子大学人文学部心理学科 教授
駒沢学園心理相談センター センター長

お問い合わせ・参加のお申込み：

enjoyparent@komajo.ac.jp まで、メールでお申込みください。ご氏名、お子さんの年齢、月曜グループと火曜グループのどちらを希望するかをお知らせください。

申し込み期間：2017年7月24日（月）～9月8日（金）

（*8月11日～20日は夏季休暇期間のためお返事が遅れる可能性があります）

定員：各グループ10名（先着順）

プログラムの内容・参加手続き等の詳細については裏面をご覧ください。

エンジョイ！子育てプログラム 2017 参加者募集

エンジョイ！子育てプログラムとは

子育てをされていて、子どもに対してイライラしたり、心配になったりすることは、よくある経験です。

このプログラムは、世界的に広く用いられている行動科学のアプローチのひとつであるACT（アクセプタンス&コミットメント・セラピー）に基づき、**子育てにまつわる親自身の考えや感情とうまく付き合い、自分が望む育児を実践していく方法を学ぶプログラム**です。2015年・2016年に続いて3年目の実施となります。

若い子どもを持つ保護者の皆さまが、**より生き活きと子育てを楽しむ**ことができるよう支援することが、このプログラムの目的です。自分の感情とうまくつきあう技術を身につけ、心から望む育児を増やしていきましょう！

参加対象者： 3歳～8歳の子どもを持つ保護者の方

原則として、6回すべての回に出席可能な方のみお申込みいただけます。

また、プログラムで学ぶ知識や技術はメンタルヘルスの向上に関するものです。現在メンタルヘルスの問題で病院にかかっている方や心理療法を受けている方は、担当医や担当のセラピストにご相談の上参加をお申込みください。

*本プログラムでは、参加希望者全員を対象に事前面談を行い、プログラム内容のご説明と、現在の保護者とお子様の状態について確認をいたします。

その際に、本プログラムへの参加がご希望と合わない、あるいは参加が有効ではないと判断される場合、他の支援を御紹介することもございます。

参加費用：無料（無料の託児あり）

託児は、ベビーシッター派遣業者に委託し、心理相談センター内のプレイルームで行います（0歳～）。事前申し込みにて無料でご利用いただけます。

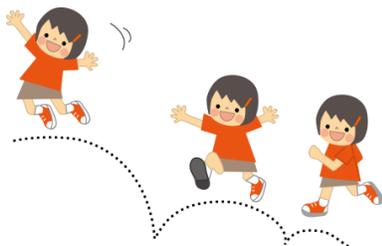
プログラムの内容：

プログラムは、全5回と3か月後のフォローアップ・セッション1回の計6回から構成されます。10名以下のグループで、体験的な楽しいエクササイズとホームワークを通して、自分の考えや感情とつきあうための知識や技術、自分の望む育児を実践していく方法を学びます。

参加のお申込み：

enjoyparent@komajo.ac.jp まで、「参加申し込み」というタイトルでメールをお送りください。

ご氏名、お子さんの年齢、月曜グループと火曜グループのどちらを希望するかをお知らせください。折り返し事前面談についてご連絡を差し上げますので、上記アドレスからのメールを受信できるように設定をお願いいたします。



研究へのご協力をお願い：

本プログラムは、育児支援プログラムの開発を目的とする研究の一環として、科学研究費助成事業の助成を受けて実施されます（課題番号：16K04391）。プログラムの効果を評価し、プログラムを向上させるための研究にご協力をいただけますと幸いです。研究への参加は、自由意志に基づいています。研究への参加を途中で取りやめる場合でも、不利益な対応は受けません。

研究にご参加いただく場合、以下の点について御協力をお願いいたします。

- ✓研究への参加承諾書のご提出
- ✓プログラム前（1回）、プログラム後（2回）の計3回のアンケート調査への回答

プログラムと研究の流れ：

2017年7～9月

参加申し込み

事前面談（1回 50分程度 日程は個別に調整）

プログラム開始直前 事前調査（アンケート1）



2017年10～12月

プログラム（5回）への参加

プログラム終了時 事後調査（アンケート2）



2018年3月

フォローアップ調査（アンケート3）

フォローアップ・セッション（1回）

データの取り扱いと研究の公表：

ご協力いただいたデータは、個人情報情報を厳重に管理し、匿名化された数量データとして処理されます。オリジナルデータは、鍵のかかるロッカーに保存されます。本研究は2019年3月31日に終了します。研究データは研究終了後5年後に破棄いたします。

本研究の成果は、学会発表、学術論文として公表する予定です。その場合、参加者の皆さまの個人的な情報は一切公表されません。個人の結果についてお知りになりたい場合は、個別にお知らせいたします。

なお、プログラムの実施状況調査のため、ビデオ撮影を行います。参加者の皆様の顔や姿は撮影いたしませんので、ご了承ください。