

文教ペンギンルーム

「子育てトライアングルあいあい」 ニュース ★2022年春の特別号★



いつも文教ペンギンルームの活動にご協力をいただきありがとうございます。
今年度も、スタッフ一同で子育てにかかわる楽しいプログラムを計画しています。
どうぞお楽しみに！これからもよろしくお願いします。

文教ペンギンルーム「ママサポートプログラム」の感想について

文教ペンギンルームでは、今年度も、小さいお子さんをもつおかあさんのための「ママサポートプログラム」を企画しています。今回は、昨年度の「ママサポートプログラム」に参加してくださったおかあさんの感想をご紹介します。

「ママサポートプログラムに参加して」(Aさん・2歳のお子さんと参加)

これまでに、アンガーマネジメント、ダブルバインド、子どもの寝め方、ニューロロジカルレベルについての講座に参加させて頂き、勉強させて頂きました。

ママサポートプログラムでは、毎回自分について考える時間をくださっていたので、普段はゆっくり考えることがなかったことをあらためて客観的に考えることができました。例えば、普段子育てに追われていると、イライラする、という事実だけが起り、なぜイライラするのか、イライラしたらどうしたらいいのかということ意識的に考えることはなかったと思います。それがアンガーマネジメントのお話を聞いて考えることができ、気持ちも楽になったと思います。

また、他の方のお話を聞いて「自分だけではないんだ」という安心感も得られましたし「そういうこともあるんだな」と参考にさせていただくこともできました。楽しく考えながらお話を聞くことができ、育児の息抜きにもなりました。今回聞けたお話をこれからの子育てに活かしていきたいです。

★今年度から新たなスタッフが加わりました★

竹内 智香 (たけうち ともか) 助手

こどもが大好きで、イラストや製作活動が得意です。
みなさん、どうぞよろしくお願いします。



イラスト：竹内智香

【問い合わせ先】

北海道文教大学 子育て教育地域支援センター (通称 文教ペンギンルーム)

Email kawabata@do-bunkyo.ac.jp 電話番号(0123)34-0057(代表)

実施担当：加藤 裕明・西野 美穂・山本 愛子・竹内 智香・佐藤 志帆

