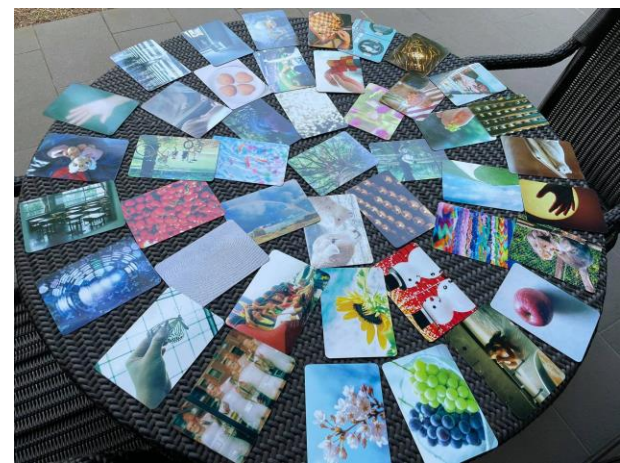


世界中にワクワクする
ファミリービジョンを！



子育て3つのコツ 小冊子

すぐに
実践できる
ワーク
付き！



次世代ファミリーコーチングの 小冊子をダウンロードいただき ありがとうございます！

はじめまして！次世代ファミリーコーチングです。
私たちは「**子どもを想うすべての人とチームになりたい**」を
ミッションに掲げて全国で事業を推進しています。

この小冊子では
次世代ファミリーコーチングの
ベースとなる

「子育て3つのコツ」について
お伝えしていきます！



次世代ファミリーコーチングとは

組織開発で蓄積したチームイノベーションノウハウを
家庭内に応用したコーチングプログラムです。

自分たちにとってベストな方法を見つけていける
コーチングメソッドを学ぶことができます。

世界中にワクワクする
ファミリービジョンを！



次世代ファミリーとは

時代の変化にしなやかに対応し、
多様な個を応援し合う勇気づけチームです



次世代ピラミッド



今回は
この部分を
お伝えします！

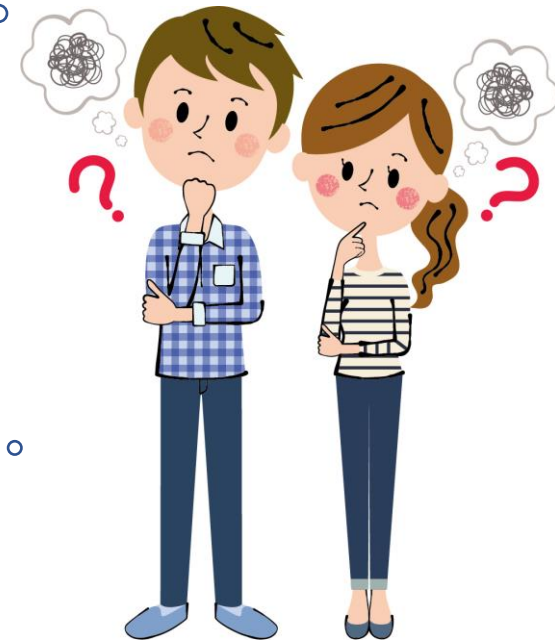
こんなお悩みはありませんか？

つい子どもを頭ごなしに
怒ってしまう

注意するばかりで
ほめる余裕がない

育児、家事…終わりがなくて
とにかく疲れている…

自己肯定感を育む
関わりって？



子育てに必要なこと

学習

ルール・思いやり

自己肯定感

POINT

子どもの基盤をどう育むか

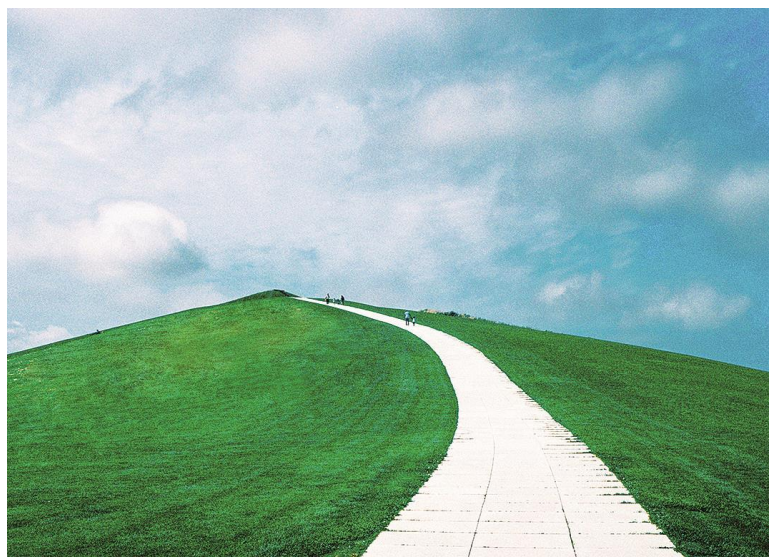


子育てのゴールは

- ・自分を肯定できる人
 - ・自分らしい生き方を選べる人
- になること



そのためにいまできること、
できていることに目を向けてみましょう。



自己肯定感を育む 子育て3つのコツ

自己肯定感を育むために
意識するのは
これだけ！



子育て3つのコツ

具体的には…



3 Children Care

1. マザーテレサ 愛情のたる
2. モンテッソーリ 自己決定
3. アドラー 未来イメトレ

動画でコーチたちが
エピソードを紹介していますのでご覧くださいね！



第3回 お悩み相談室
次世代ピラミッド
子育て3つのコツ～愛情のたる～



【愛情のたる】

<https://youtu.be/nw369j6aDpw>



第4回 お悩み相談室
次世代ピラミッド
子育て3つのコツ～自己決定力～



【自己決定】

<https://youtu.be/U4jl6eGQpwc>



第5回 お悩み相談室
次世代ピラミッド
子育て3つのコツ～未来イメトレ～



【未来イメトレ】

<https://youtu.be/JUAKIXV6H2Y>

【ワーク】子育て3つのコツ

自己肯定感が育まれます

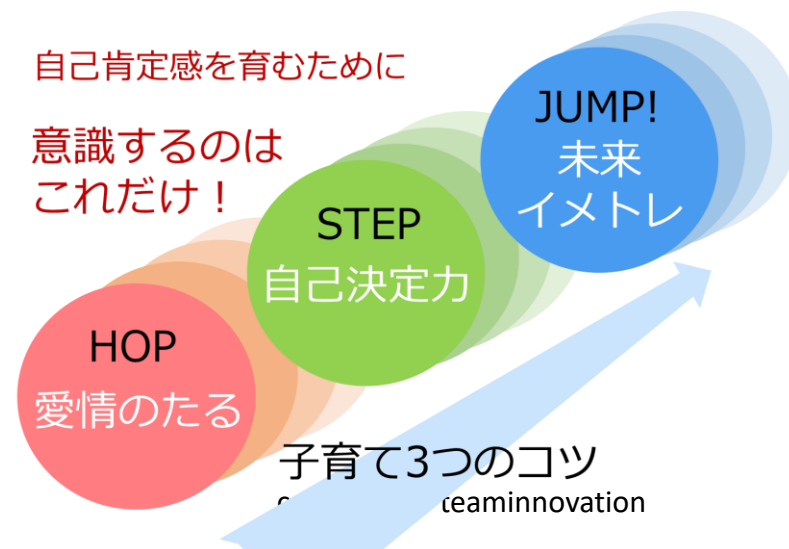
まずは自分自身のエピソードを書き出してみましょう

1. 愛情のたる
2. 自己決定力
3. 未来イメトレ

※楽しみながらできたことをピックアップ。
「成功」「失敗」は関係ありません（^^）。

自己肯定感を育むために

意識するのは
これだけ！



【ワーク】子育て3つのコツ

自己肯定感が育まれます

例

たとえば、

愛情のたる	自己決定力	未来イメトレ
心が満たされる	自分で決めていく 選んでいく	どうになりたい？ 未来をイメージする
寝る前のハグ	徒歩5000歩達成	明日はどんないい ことがあるかな
子どもと読書	今日はこどもたち と早寝する	自分のお葬式でど ういわれたいかを イメージする
生まれてくれてあ りがとうと伝える		

好きなこと
感謝していること
から考えてみましょう

【ワーク】子育て3つのコツ

自己肯定感が育まれます

ワークシート

愛情のたる	自己決定力	未来イメトレ

全部埋まらなくても
もちろんOK！
意識することが大切！

子育て3つのコツのポイント

セルフケア
にも有効！

POINT

- ・ 子どもだけでなく
大人の自己肯定感を育もう！
- ・ 日常の中にワクワクの種が含まれていて
それに気が付くことが大切！
- ・ どんな自分もOK！そのまま認めよう！

子育て3つのコツ ワークができているか確認したい

LINE公式アカウントへの
メッセージをお待ちしています

ワークで出てきた内容を
教えてください

LINEメッセージは
他の方は見えないのでご安心ください。

<https://lin.ee/b8tdVeB>



次世代ファミリーコーチングの 目指す未来像

ファミリー全員が自己肯定感を持ち、
お互いを尊重し、信頼しあえ、成長し続けるチーム

あなたご自身の自己肯定感は
どのくらいですか。

承認欲求は満たされていますか。



まずは自分軸をしっかりさせることを考えていきましょう。

子育て3つのコツの その次はなにをしたらよい？

まずは、日常の中で意識を向けることが大切♪

次世代ファミリーコーチングの
LINE公式アカウントで
次世代ファミリー語録を毎日配信中！

感想やコメントを送ることでアンテナが立ちます。
日常の中で継続できるように意識していきましょう



家族のお悩み、相談したい・・・ 個別に聞いてほしい

個別相談を実施しています

大きく社会が変化する中で、
ファミリーのお悩みや課題、どうすべきかの方法が
見つからない方がとても増えています。
「あなたのお悩みの解決や希望の実現」には、
まずは個別のサポートが必要です。

どこに相談したらいいのか、
いま何をしたらいいのか、何が大切か、
あなたの未来への一歩をサポートします。

守秘義務遵守します。お気軽にご相談くださいね。

もっと学びたいつながりたいあなたへ

ノウハウは知っている。
でも、できない！を変えていく

コロナ禍で子育ての悩みや困りごとが増加した家庭は
70%とも言われています。

お悩みや不安を解消して、
ワクワクなファミリーチームをつくるには
「**心理的安全性の担保されたコミュニティ**」
と
「**コーチングコミュニケーションスキル**」
が土台になるのです。

一緒にファミリーチームづくりの実践者になりませんか。



もっと学びたいつながりたいあなたへ

アカデミアでお待ちしています！ あなたが仲間になることを楽しみにしています

まずは無料説明会にご参加ください。

アカデミアの詳細はこちら↓

https://peraichi.com/landing_pages/view/familycoachigacademia

アカデミア解説動画は
こちらをクリック↓



【同時収録】
副業をキャリアに活かす

一生活用できるコーチングスキルとチームづくり
子どもを想うすべての人とチームになりたい

アカデミア 2021新規開講！

コミュニティへの
参加
永年無料

充実した
サポート
制度

未来を描く
ビジョンカード
付



子どもを想うコーチたちとのコミュニティで、
楽しく自分らしく学び続けていきましょう。



コーチコミュニティ



TEAM INNOVATION
次世代ファミリーコーチング



終わりに

本当はどうしたい？

人生は選択の連続と言われています。

子育てやキャリア、毎日の子どもへの声かけにごはん選びなど
選択の連続が無数に行われているのです。

その選択をするときに、母として、父として、妻として、夫として「こうすべき」と
役割に固定されすぎていませんか。

大切なことは、「あなた自身が本当はどうしたいか」です。

- ・ いままで考えたことがなかった
- ・ 親になったら自分の好きなようにしてはいけないと言われた
- ・ 自分の親がしてくれたようにすべきだと思っていた

まずはこのような考えを横に置いて「本当はどうしたい？」を問いかけ、
自分が何をしたいのか、何を大切にしたいのかを明確にしていきましょう。

そして、ひとりで頑張るのではなく、励まし合うコミュニティをもち、
コーチングスキルを身につけることで楽しく自分らしいファミリーづくりを
一緒に実践していきましょう。あなたの選択を応援しています。

いろいろな場所でつながりましょう♪

ご質問や感想はLINEアカウントから
メッセージお待ちしております

◆公式ホームページ
<https://familytc.co.jp/>



LINE
<https://lin.ee/b8tdVeB>

◆note
<https://note.com/familycoaching>



Facebook
<https://www.facebook.com/familycoaching2018>



Twitter
https://twitter.com/_familycoaching



Instagram (ビジョンカード)
https://www.instagram.com/visioncard_official/

お問い合わせ: family@teaminnovation.co.jp

本コンテンツは、著作権、知的財産権によって保護されています。

内容のすべて又は一部を、書面による許可なく、複製、改変するなどして
転売、転載、配布等、いかなる手段においても
一般に提供することを禁止します。