

↔  
2020

小百合さんが  
幸せな  
お母さんになるための  
夢の地図



この世にたった一人  
大切な  
特別な  
小百合さんに  
贈ります

ダイヤモンド・ハート子育て  
マイスター 麻衣



# 小百合さんは、いつでも変われます。

小百合さんが自分と向き合うと  
自分を縛っていた「ルール」を見つけることができるようになります。

小百合さんが「ルール」を見つけることができると  
その「ルール」をこれからも続けるかどうか選ぶことができます。

小百合さんが続けたい「ルール」を選ぶことができると  
自分の発言・行動を信頼できるようになります。

小百合さんが自分の発言・行動を信頼できるようになると  
不安は少しずつ小さくなっていきます。

そう、小百合さんの不安が少しずつ小さくなると  
子育ての「正解」や「あるべき姿」に惑わされず  
「私は私でいい」「この子はこの子でいい」と  
ありのままを受け入れられるようになるのです。



# 小百合さんとともに叶えたい「夢」があります。

ダイヤモンド・ハート子育ては小百合さんとともに、

皆が理想とする

「明るくて優しく子どもを怒鳴らないお母さん」  
になる方法を提供するのではなく

一人の個として

小百合さんご自身が毎日を自由に生きること

「小百合さんとお嬢さんがともに笑顔で過ごせる未来」  
を実現します。

# 小百合さんの変化は、大切な人たちにも広がります。

私は、小百合さんがこういう方たちを助けられると確信しています。

## 小百合さんの大切なお嬢さん。

小百合さんの姿を一番近くで見て、小百合さんをお手本にして育っていきます。

小百合さんが毎日を楽しみながら堂々と生きる姿は  
お嬢さんの「モデル」にも「勇気の源」にもなります。

## 小百合さんの大切なご家族・ご友人。

小百合さんの笑顔につられて

日々を頑張るための安らぎとエネルギーをもらうことができます。

## 小百合さんと同じように悩んでいるお母さん。

同じ悩みを抱えていたからこそ、一番気持ちを理解できます。  
一歩先から小百合さんが「大丈夫ですよ」と手を差し伸べるのを  
待っているお母さんがたくさんいます。

# 小百合さんの世界が優しい言葉で満たされます。

小百合さんはきっとこんな言葉を聞くでしょう。

「お母さん、お母さんのおかげで今の私があるよ」

「あの時お母さんだけは味方でいてくれたね。ありがとう」

「お母さんといるとすごく安心して何でも言えちゃうんだよね」

「最近何だかいい顔してるね。何かあったの？」

「こんなに変わるんなら、あの時努力して本当に良かったね」

「小百合さんのお陰で、私も頑張ろうって思えました」

「小百合さんの言葉にすごく励まされました」

悩んでいる今ですら、愛しく思える日が来ます。

その時小百合さんはきっとこんな風になっているでしょう。

人を助けること、人を支えることで  
自分のことを今以上にもっと好きになっている

時間にただ追われているという感覚ではなく  
「自分の大切な毎日を生きている」と実感している

自分が心を休められる大切な「居場所」がある

どんな時でも「私なら大丈夫」「この子なら大丈夫」と  
自分とお嬢さんを信じられるようになっている

心穏やかに笑顔でいられる時間が  
今より何倍も何十倍も長くなっている

2020

幸せなお母さんになるための  
夢の地図

～1st STEP～



小百合さんがご自分を知ること、今以上にご自分の決断と可能性を信じる力を手に入れます。「不安」の正体を突き止める方法を学びます。

2020

幸せなお母さんになるための  
夢の地図

～2nd STEP～



感情が生まれるメカニズムを知り、感情のコントロールの基礎が身に付きます。「幸せとは何か」というぶれない判断軸を手に入れることができます。

2020

幸せなお母さんになるための  
夢の地図

～3rd STEP～



「どんな自分になりたいか」の答えを見つけ、その自分に近づくためのスキルを習得します。そのスキルはお嬢さんにも勿論教えてあげられます。

2020

幸せなお母さんになるための  
夢の地図

～4th STEP～



不安の対処法を学びます。不安を決して抑えず受け止め、解決策を導くためのスキルを習得していただきます。感情のぶれを小さくすることができます。

2020

幸せなお母さんになるための  
夢の地図

～5th STEP～



誰もが小百合さんに何でも話したくなるような「信頼されるコミュニケーション」の基礎が身に付きます。お嬢さんの心に寄り添う方法を体系的に学びます。

2020

幸せなお母さんになるための  
夢の地図

～6th STEP～



「信頼されるコミュニケーション」を生かし、お嬢さんの意志を尊重しつつ着地点を見つけることで、お嬢さんの可能性をしっかりと引き出せるようになります。

小百合さんの「望む未来」は、小百合さんを待っています。

小百合さんが「望む未来」を手に入れるかどうか。  
それは小百合さん自身の「選択」です。

「望む未来」を妨げているのは

他の誰でもない  
自分自身。

小百合さんが手を伸ばせば  
未来は必ず  
小百合さんの手を握り返してくれますよ。