

館山市家庭教育セミナー

親子で「レジリエンス」力を育てよう

～不安に向き合う力・折れない心の育て方～

◆開催日 第1回目 令和7年11月29日(土)

第2回目 令和8年2月7日(土)

今年は2部構成で開催！

◆時間 10:00～12:00(受付9:30～)

◆会場 館山市コミュニティセンター 第1集会室

◆対象者 乳幼児～小学生の保護者、一般

◆定員 各回先着100名(定員になり次第〆切ります)

◆参加費 無料

◆申込方法 申込フォーム・電話のいずれか(2回の参加が原則ですが、どちらか1回の参加も可)

◆その他 当日は、乳幼児とご一緒に参加できるスペースを用意します。

◆問合せ 館山市中央公民館(Tel0470-23-3111)



申込フォーム

《講師》小柴 孝子氏

やまびこ心理教育研究所所長

千葉大学子どものこころの発達教育研究センター客員研究員

元中学校教員。千葉大学大学院教育学研究科学校教育臨床修了。千葉県子どもと親のサポートセンター教育相談部に9年間勤務。その後神田外語大学特任教授。千葉大学教育学部非常勤講師。千葉大学子どものこころの発達教育研究センター特任研究員を経る。

エンカウンター・グループ、認知行動療法、「勇者の旅」プログラム。不登校・教職課程・道徳教育に関する研究。公認心理師、臨床心理士、学校心理士、特別支援教育士。



①11/29(土)

子どもの「レジリエンス」を育てるには

- 1 子どもの発達(成長)の理解
- 2 傾聴はこども理解につながる
- 3 子どもは遊び(体験)ながら成長する
- 4 子どもの成長支援の基本はつながり
- 5 ミラクルポイント(MP)をためよう

②2/7(土)

親の「レジリエンス」力を育てるには

- 1 毎日の会話は大事！(親子、夫婦、家族、友達)
・丁寧に聴いてもらうことが言葉の土台作りに伝える力・聞く力が育つ
- 2 認知行動療法を活用して、レジリエンスを高めよう
- 3 子育てのために自分のレジリエンス力を高めよう
・不安にならない・自分をほめる・困ったきは…

※レジリエンスとは、子供が困難やストレスに直面した際に、「心の回復力」「打たれ強さ」「しなやかさ」を発揮し、それを乗り越えて成長していく力のことです。乳幼児・小学校期から育てることが大切です。