

LAPIS「お母さんのこころが元気になるワークショップ」

# 子育てが面白くなる心理学

～夏休み、わが家に平和を！！

親子の絆を深める3つのコツ♡2017バージョン～



**7月1日(土) 13:00～15:00**

(場所) ラピス 本館 (参加費) 無料

(対象) 小中学生のお子様をもつ保護者 (定員10名・先着順)

(内容) ①心理学実験  
②ワークショップ

「言い争いをいい寄り添いに」「子どものやる気を引き出す」「ハーバード大学の幸福学」

申し込み締め切り 6月27日(火)

## 昨年の参加者コメントより

♡手塚先生の話術がすごくて、とても面白く、眠くもならず、楽しく聞けました。今日の話の中で自分によく当てはまったのは「自分は北風ママだな」（もともと自覚はしていましたが）ということです。自分が子どもの立場になるロールプレイングをして、北風ママの発言は確かに「すごく気持ちが良くない」と感じました。私の子どもも同じようにいやな気持ちだったんだなと改めて感じました。太陽ママとまではなれなくても、なるべく太陽ママの気持ちを持って、子どもに接し、発言には気をつけたいと思いました。

♡学年があがり、急に子どもの変化があり、どう接していいか悩んでいたところでした。今日の講座で自分が変わっていくためのヒントがたくさんあり、すごく勉強になりました。やってはいけないNG12型をほぼやっていたので、「どうしよう！あー、もう失敗したのかな・・・」と心配しましたが「今日からマイナスをゼロに戻して、10回に1回でいいからやれば大丈夫！」と先生に言われて、ほっとしました。また、このような機会がありましたら是非よろしくお願いします。

♡大変勉強になる貴重な講演会でした。自分の中ですごく腑に落ちたのは「IメッセージとYouメッセージ」。大切さを再確認しました。自分の伝えたいことが「自分の発信していることとは違ったメッセージとして」相手に伝わることもあります。相手の気持ちに出来るだけ寄り添ってメッセージを発信するということは改めて大事だと気づきました。

♡あつという間の楽しい2時間でした。思ったことは「やっぱり私、北風ママになってるな・・・」ということです。今ここでお話を聞いて「家に帰ったらワークでやったことを頑張ってやってみよう！」と思っていますが、日常生活で時間に追われたり、夏休みに入って子どもとずっと一緒にいると、常にやられているか自信がありません。でも先生から「10回に1回でいい」という言葉を頂いたので、頑張ってみようかなと思います。

♡まずは自分が変わらなきゃということに気づきました。「言い争いをいい寄り添いに」すごく心に響きました！今日からは聞き上手になってあげようと思います。

**笑って・語って、元気をお持ち帰り下さい。皆様のご参加をお待ちしております！！**

### （講師）五育総合研究所代表 手塚奈緒美

進学塾講師歴25年・不登校ひきこもり支援・不登校家庭教師・日本心理学会認定心理士

女子栄養大学生涯学習講師・食育インストラクター・調理師

## 子育てが面白くなる心理学 お申込書

申込日 平成29年 \_\_\_\_\_ 月 \_\_\_\_\_ 日

小学／中学 \_\_\_\_\_ 年生

生徒氏名 \_\_\_\_\_ 保護者名 \_\_\_\_\_ 印

参加合計人数 \_\_\_\_\_ 人

このワークショップで取り上げて欲しいことや、いま子育てで気になっていること（悩み）などございましたら  
ご自由にご記入ください。

ありがとうございました。