

家庭教育セミナー

子育てなどの今の自分の悩みが可能性や才能に変えられる
「心の紐解き7ステップ」



<日時・場所>

令和3年10月21日（木）10:00~12:00 青海公民館

<講師>

矢部 裕貴さん（心理カウンセラー）

<参加者>

34人（小中学生の子どもを持つ保護者の皆さん）

<事業内容>

・小中学生の子どもさんを持つ保護者さん向けに、講座を行いました。心理カウンセラーの矢部裕貴先生から、「心の紐解き7ステップ」のメソッドを、ワークしながら学びました。この心の紐解きでは、自分では認識しづらい「心」のからくりを知り、日常に起こる出来事や出会う人から自分の心を読み解き、悩みをほぐしていく力を身につけていくもので、受講者はお隣の人とシェアしながら楽しく学んでいました。

<主な参加者の声>

・自己分析ができました。自分のことを客観的に見て、ポジティブな自分を子どもたちに見せていきたいです。 ・気持ちが楽になりました。悩みは願いから生まれているということに気づかせていただき、ハッとしました。

<講座を終えて>

・皆さん、各自が改めて自分自身や子育てについて気づきを得て、今後の子育てに活かすよい機会になったように思います。お子さんにも自分にも使っていけるメソッドなので、今後もこの「7ステップ」を実践していただき、物事を良い方向に転換して行ってほしいと思います。