

マインドフルネス子育て講座のファシリテーター養成研修講座

講師：南谷則子（臨床心理士・公認心理師・スクールカウンセラー）
高橋靖子（愛知教育大学教授・臨床心理士・公認心理師）

この研修講座は、「親子をつなぐ思春期理解のためのマインドフルネス子育て講座」を実践するファシリテーターとなり、保護者を直接支援していただけるファシリテーター養成のための講座です。本講座に参加していただいた皆様に、「親子をつなぐ思春期理解のためのマインドフルネス子育て講座」の内容を実際に全て体験いただき、マインドフルネスの効果も体感していただきます。

「親子をつなぐ思春期理解のためのマインドフルネス子育て講座」について

親が子どもに共感や愛情を示すことは大切ですが、同時に親自身のストレスを管理することの子育てにおける重要性は、最近の研究で認められています。

「マインドフルネス」とは、今この瞬間に起こっている感情や考えに気がつき、評価や判断をしないでありのままに受け入れることです。マインドフルネスに基づく子育ては、親のストレスを減らすとともに、親子間の温かい肯定的なかかわりを作り出し、家庭に子どもにとっての安心・安全な環境を生み出します。

この講座は、思春期の子どもへの理解や子どもの発達に及ぼす親子の情動調整の重要性を神経心理学的な視点から説明するとともに、「マインドフルネス」を、実際にワークを通して体験しながら習得してもらうことを目的としています。講座は、二日間を通して8回分のセッション（各回30分～40分くらい）で構成されています。講座が保護者にとって役に立つものであるかどうかを検討するために、受講前後、3カ月後に保護者にアンケートで答えてもらう機会が組み込まれています。

2022年8月6日（土）、7（日）9：00～12：00

※オンライン（zoom）での実施です。

※2日間連続講座です。1日だけの参加はできません。

オンデマンド配信 2022年8月8日（月）～8月21日（日） ※予定



参加の条件

小学生の前思春期の子どもや中高生の思春期の青少年への心理教育的援助にあたる、またはそのご家族への支援の仕事に就いている、ことを要件とさせていただきます。具体的には、スクールカウンセラーや教育相談員などの心理職、個別指導員、特別支援教育コーディネーター、養護教諭などの教育職の専門家の方々です。

日本SEL研究会ウェブサイトよりお申し込みください（最下部URLまたは右QRコード）



参加費：日本SEL研究会会員*2,000円 会員（学生）*500円 非会員（一般）*4,000円 非会員（学生）*1,000円

リアルタイム参加申込締切 8月3日（水）