

# 日常生活や支援に役立つ心理学

## コミュニケーションセミナーのご案内



子育てこころサポーター養成講座 11期 12期(全 12 講座)

人の悩みの大半は「人間関係にある」と言われています。特に身近な人とのコミュニケーションで悩んでいる方はたくさんいらっしゃいます。家族であっても、ギクシャクしてしまうことも多々あります。家族だからこそ・・・ともいえるかもしれません。

また職場や地域との関係でも、悩みを持つ方はたくさんいらっしゃいます。

目には見えない「心と心」が通い合うようなコミュニケーションについて学んでみませんか？

**日常生活に役立つ内容のセミナーです。**



		日程	タイトル	講座内容
1	12期	10月8日(祝・月) 10:30~12:30	聴き上手になるには・・・	コミュニケーションは聴き力と言われるくらい話すことよりも「聴くこと」が重要です。聴いているつもりでも、実は相手を傷つけていることもあります。相手の立場になって「聴くこと」の大切さを学びます。
	11期	4月 <b>終了</b> 10:30~12:30		
2	12期	10月8日(祝・月) 14:00~16:00	ストレスのからくり	ストレスは心の問題！・・・そんな風に捉えがちですが脳の働きと密接な関係があります。なぜ自分はストレスを抱えてしまうのだろう・・・そんな思いをお持ちの方にとっても、ストレスのからくりを知ることで日頃の対処法を学びます。
	11期	5月 <b>終了</b> 10:30~12:30		

参加費・・・1講座 2000円

場 所・・・11期→育ちあいの家(御成町6-15)

・・・12期→鎌倉市福祉センター(御成町20-21)

主催 (一社) 子育てこころケア湘南

他にもこんな講座が開かれます。

NO	日 程		タイトル
	11期	12期	
3	終了	11月11日(日)	心を軽くする捉え方
4		11月11日(日)	素直に伝わるコミュニケーション
5		12月9日(日)	怒りの感情をコントロール
6	9月11日(火)	12月9日(日)	子どものやる気を引き出す魔法の質問
7	10月9日(火)	1月20日(日)	年齢と心の成長
8	11月13日(火)	1月20日(日)	発達障がい理解
9	12月11日(火)	2月17日(日)	無意識の世界を探ろう
10	1月8日(火)	2月17日(日)	父親業
11	2月12日(火)	3月10日(日)	親をめぐるパートナーシップ
12	3月12日(火)	3月10日(日)	絵本で癒す私の心

11期は10:30~12:30の開催

12期は10:30~12:30と14:00~16:00の開催となります。

### 会場へのアクセス

#### 11期【育ちあいの家】

鎌倉駅西口から徒歩7分

#### 12期【鎌倉市福祉センター】

鎌倉駅西口から徒歩10分



## お問合せ お申込み

(一社) 子育てころかケア湘南 HP

<http://cocoroshonan.com/>

もしくは下記のアドレスへ・・・

[cocoroshonan@gmail.com](mailto:cocoroshonan@gmail.com)

①氏名②電話番号③希望の講座名を記載の上、お送りください。



1講座から  
受講可能です。