

# 子どもの思春期を 心穏やかに 迎えるために

## ■講師■

臨床心理士 花澤佳子さん

NPO法人ハートフルコミュニケーション

代表理事 菅原裕子さん

認定ハートフルコーチ



思春期の子どもたちの子育てに、不安やイライラを感じることは、ありませんか？

思春期は**親からの自立**を図る時期。親子の新しい関係づくりの時です。子どもたちの成長過程を知り、**コーチング**を取り入れて、子どもの不安定な時期をどう見守り、支えていくのかを一緒に考えましょう。



## 全3回講座

7/1(月)・8(月) 10:00～12:00

7/15(月祝) 13:00～16:00

会場 生涯学習センター 3F 大研修室

対象 小学生以上のお子さんを持つ保護者  
定員 50人 (応募者多数の場合は抽選)  
(託児有り 1歳6ヶ月～就学前児 定員8人)  
参加費 無料

申込締切:6/14(金)必着

■申し込み方法■

往復はがき E-MAIL



託児あり  
1歳6ヶ月以上  
就学前児

託児はボランティアさんのご協力のもと運営しています。

# ～子どもの思春期を心穏やかに迎えるために～

	日時	テーマ : 講師	学習内容
1	7月1日(月) 10:00 ～12:00	「思春期概論」① 臨床心理士 花澤佳子さん	思春期とはどんな時期の事か、子どもの心と体の成長を知り、具体的な思春期の子どもの言動の意味づけと親のとらえ方・対応の仕方などについて学びます。
2	7月8日(月) 10:00 ～12:00	「思春期概論」② 臨床心理士 花澤佳子さん	前回に引き続き、思春期のお話と、受講生の皆さんからの質問をもとにお話しいただきます。困ったときの相談窓口情報や本の紹介もあります。
3	7月15日(月祝) 13:00 ～16:00	「10代のゆれる子どもの心のコーチング」 NPO法人ハートフルコミュニケーション 代表理事 菅原裕子さん	子どもの幸せな自立をサポートするために、私たち大人は何を教えて、どのようにかかわればよいのかを提案します。また、子どもの心を開くコミュニケーションとは具体的にどのようなものを、体験ワークを通して学びます。
		グループセッション 認定ハートフルコーチ	グループセッションでは、ハートフルコミュニケーション認定セッションコーチの進行のもと、講演会を聞いての気づきや学びを共有し、日常生活にどう生かしていくかを、グループで話します。

## ■申し込み方法■

往復はがき

E-MAIL

往復はがき、電子メールのいずれかの方法でお申し込みください。

講座名「思春期講座」、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、簡単な応募動機、往復はがきの場合は返信用の宛先を明記して、お申し込みください。

託児希望の方は、お子さんの氏名(ふりがな)性別、年齢もご記入ください。

応募者多数の場合は抽選となります。

**申込締切：6月14日(金) 必着**

## ■申し込み・お問い合わせ先■

千葉市生涯学習センター講座企画担当  
〒260-0045 千葉市中央区弁天3-7-7  
TEL 043-207-5820  
電子メール kouza@chiba-gakushu.jp



花澤佳子 (はなざわよしこ)  
臨床心理士

大学院2年次より千葉県立こども病院に勤務。以来、いろいろな場所で臨床を経験し、現在は、千葉市、船橋市を中心に母子保健、HIV相談、学生相談など行っている。



菅原裕子 (すがはら・ゆうこ)  
NPO法人ハートフルコミュニケーション 代表理事  
有限会社ワイズコミュニケーション 代表取締役

企業の人育てと自分自身の子育てという2つの「能力開発」の現場での体験をもとに、子どもが自分らしく生きることを援助したい大人のためのプログラム「ハートフルコミュニケーション」を開発。各地の学校やPTA、地方自治体の講演やワークショップでこのプログラムを実施。2006年、NPO法人ハートフルコミュニケーション設立。

※ E-mailでお申し込みの際、申し込み後4日を過ぎても応募受理の連絡がない場合は、お問い合わせください。

※特に携帯メールの場合、迷惑メールなどの受信を制限する設定をされている方は、返信メールを受け取れるように、センターのメールアドレスの登録をお願いします。