



ACTすこやか子育て講座 Raise Safe Kids!

つながり、わかちあい、ささえあい・・・参加型 & 体験型子育て講座
.....アメリカ心理学会が開発した、心理の知恵を活かした子育て支援プログラム.....

「子どもが言うことを聞いてくれない！」

「いらいらする」

「こんな気持ちになるのは私だけ？」

子育ての中で、こんな気持ちになるのはよくあることです。

育児は1人でするものではなく、いろいろな人の手助けが必要ですが、忙しい現代社会ではなかなかサポートが得られず、1人で頑張っている方も多いもの。

そんな状況を改善すべく様々な育児講座が行われてきたアメリカで、特に心理の視点から開発され、実用的で豊かな知恵を活かした体験型の育児講座が、アメリカ心理学会から生まれました。

カリフォルニア臨床心理大学院のチームにより日本に合うように改変されたのが、

この「ACTすこやか子育て講座」です。

参加資格 0歳から8歳のお子さんを持つ、親や養育者の方 **12名程度**

場所 原町保健センター

回数 1回2時間、10:00-12:00、全8回

参加費 無料

お茶菓子代 500円 (全8回分)

この講座は、模擬事例やロールプレイなど実践的な内容も含まれることからリフレッシュ用として飲み物やチョコレート等を用意させていただきます。こうしたお茶菓子を大学予算からご用意することができないため、参加者の皆様より、お茶菓子代の実費相当額を集めさせていただきたいと思っております。

	日程	内容
1	2020年9月11日(金)	子どもの行動を理解する
2	2020年9月24日(木)	怒っている子どもを理解し援助する
3	2020年10月9日(金)	親の怒りの理解とそのコントロール
4	2020年10月23日(金)	子どもと暴力
5	2020年11月13日(金)	子どもと電子メディア
6	2020年11月27日(金)	しつけと養育スタイル
7	2020年12月10日(木)	ポジティブな行動を導くしつけ
8	2020年12月17日(木)	この講座を活用するために

主催 福島大学 子どものメンタルヘルス支援事業推進室

後援 南相馬市