

# むつみ会 カウンセラーだより



2021年8月発行 Vol.3

臨床心理士 山田理英

みなさん、こんにちは。毎日暑い日が続きます。

オリンピックが終わりましたね。たくさんのメダルラッシュで、多くの感動をもらいましたね。目標に向かってがんばっている姿は、本当に感動します。今回のオリンピックではとても若い子から、40代の方までと、しんどくても楽しみながらがんばっている姿がとても印象的でした。勝っても負けても「楽しかったです」といった言葉を多くの方から聞かれたと思います。努力することは辛いことが多いのですが、いかに楽しく努力できるか、という工夫がとても大事です。そうしたひとつの工夫につながるきっかけになるのが、ペアレントトレーニングです。

## ★ペアレントトレーニングの体験説明会があります★

子どもへのかかわり方次第で、子どもの行動は変わってきます。同じことを言っても、ある人の言うことには素直に従うのに、別の人が言うと、全くいうことを聞かないことがあります。そうした体験をしたことはないでしょうか？

おとなでも子どもでも、否定されて嬉しい人はいないと思います。“こんなことがどうしてわからないのか”と思って怒ってしまうこともあると思います。私もそんな親の一人でした。私自身、ペアレントトレーニングに参加して、毎回毎回、目からウロコ、とさまざまな気付きがあり、子どもへの関わりが大きくかわりました。子どもとの関わりだけではなく、家族や人との関わりにも大きな変化をもたらすことだと思っています。



母のいうことが響かない…

だまされたと思って、ぜひ体験説明会に参加してみたいな、と思います。今回はZOOM開催なので、おうちからも参加できますよ。

左のイラストのように、母のいうことが子どもさんに響く関わりを手にしましょー！！



母のいうことが響く…

9月13日(月)または9月18日(土)

両日とも10:30~12:00

お問合せ: ぱれっと 0745-74-1336