

令和4年11月17日

保護者様各位

咲洲みなみ小中一貫校 P T A

P T A企画

コロナ禍での親子関係に活かせるアンガーマネジメント講座

～ “伝え方のコツ” で大切にできる親の気持ち、子の気持ち～

長びくコロナ禍のストレスで、親と子の間でも “もやもや・イライラ” が増えています。

その大切な感情への健康的な対処法であるアンガーマネジメント講座を下記のとおり開催いたします。

子育てや職場でも使える “伝え方のコツ” をはじめ、この講座がコロナ禍を乗り越え、子どもたちの明るい将来への一助となりますよう、一人多くの方のご参加をお待ちしております。

記

日時 12月 17日(土) 10時開始 (約1時間半の予定)

場所 咲洲みなみ小中一貫校 交流スペース (希望者が多い場合は場所を変更します)

対象 咲洲みなみ小中一貫校の保護者
(参加希望の方は11/30までに、下のQRコードからお知らせください)

持ち物 筆記用具・スリッパ・換気時の防寒着

参加費 500円 (当日ご用意下さい)

【出席確認＆質問用 QR コード】



- ① 参加希望の項目にチェックしてください。
- ② 皆様からの質問を講師に伝え、実生活で活用出来るように講座に組み込んで頂く予定です。参加できない方でも質問をお寄せ頂けます。
- ③ お子様連れ場合、図書室でお預かり致します。ボードゲーム等用意していますので、安心してご参加下さい。

【講師の紹介】

クロストウ 安立真梨さん

ホームページ https://peraichi.com/landing_pages/view/closeto

【 クロストウ 研修 】で検索できます

講座に参加された方の感想

- ・楽しく参加できましたし、優しく、おおらかな気持ちになれそうです。自分の怒りの本当の理由を知ってホッとしました。
- ・帰宅後、早速子どもへの注意の仕方を変えてみたら、いつもの険悪な雰囲気にはならず、とても驚きました。