

## 子育て科学アクシスのペアレンティングワーク

# こころの脳の育て方

## ～ストレス対処の共有～



子育て科学アクシスの成田先生、上岡先生による親子支援プログラムであるペアレンティングワークに参加してみませんか？

「こころの脳の育て方」は毎月シリーズでオンライン開催しており、今回は第4回目になります。（もちろん単体の受講でも理解できる内容です）※オンラインで開催しているワークを学童クラブに集まって視聴する形式となっています。ご自宅での受講はできませんのでご注意ください。

アクシスのペアレンティングワークでは「本当に社会で自分をフルに活かせる人間」、すなわち「自立」して「自律」できる人間に育てるためにはどうすればよいのかを学びます

～以下子育て科学アクシス HP より抜粋～

最近、小学生の子どもが「友人関係のストレスで眠れない」と訴える場面に驚かされました。今や「ストレス」は年齢を問わず使われる言葉ですが、その意味や身体・心理への影響を理解している人は少ないのが現状です。ストレスは本来、生きるために必要な生理的反応であり、単なる「嫌なもの」ではありません。現代社会では多忙さや多様な役割により「自己モニターカー」一心身の不調に早期に気づく力が弱まりがちです。特に子どもはこの力が未熟で、ストレスをため込んでしまい、結果として不登校や引きこもりに至るケースも増えています。家庭での会話が子どもの言語体系に影響するため、大人がまずストレスを正しく理解し、対処法を学び、子どもに伝えることが重要です。「こころの脳の育て方オンライン」ワークでは、家族でストレス対処法を共有することをテーマに、理論と実践を学びます。自己モニターカーを育てることで、生活全般が楽しく、健やかになります。

問い合わせ>> 04-7138-5222 (内田)

問い合わせ>> 04-7138-5222 (内田)

締切  
10/17(水)

[お申し込みはこちら>>](#)

