

子どもの自立・就職に向けて
親ができることを一緒に考えてみませんか？

参加無料

～保護者セミナー～

開催日時

平成30年 **1月20日 (土)**

時間：**13:30～16:00**

会場：**福井県社会福祉センター（福井市光陽2-3-22）**



講師：福井県総合福祉相談所 精神保健福祉士

横道 みゆき 氏

テーマ：「**疲れていませんか？一緒に考えましょう**
家族にできること、できないこと」

内容：講師によるセミナー・意見交換ほか

対象：無職のお子さんを持つご家族の方

定員：20名

【講師紹介】

「ホッとサポートふくい」で
精神保健福祉に関する
業務やこころにつらさを
抱えた方への相談を
行っています。

日時：平成29年11月25日(土) **11月開催のセミナーレポート**

テーマ：「**自分も子どもも大切に、思いを伝えよう！**

～これだけは押さえない3つのポイント～」

講師：臨床心理士 臨床発達心理士 **千崎 愛 氏**

今回のセミナーでは、自分も相手も大切に、自分の気持ちや要求を伝える方法を知り、参加者のみんなで事例について話し合い、講師の先生の助言を得ながら、そのポイントを学びました。

伝え方のタイプとして、攻撃的タイプ、嫌味口調のタイプ、受身的タイプの方がいます。この場合は、相手や自分を大切にしたい伝え方とは言えません。気持ちを伝える際に、自分の考えを具体的に簡潔にし、相手が賛成する場合と反対する場合の両方を心に描きながら、穏やかに対話を始めること。そのあと、DESC法を活用しながら話をするワークを行いました。DESC法とは、事実を伝える。自分の意見や気持ちを示す。状況を変えるための解決策を提案する。提案の結果を相手に示唆するという4段階を踏む伝え方です。上記のポイントに留意し「サポステに一度は足を運んだものの、それ以降は利用を拒否している子どもに対して、お互いの関係を悪くさせないで、拒む理由を聞く」という内容で、グループに分かれて、どう言ったらよいか話し合いました。その後、参加者の方から出されたお子さんの悩みについて、みんなで考えていきました。最後に、参加者の質問に対して、講師からなぜその人がそのような行動するのかのしくみを説明され、自分も子どもも大切にするとはどういうことか考えさせられる時間になりました。



サポステふくいは、厚生労働省の委託事業で、福井県との協働で若年無業者の方の職業的自立支援を行っています。

問い合わせ先：

ふくい若者サポートステーション (サポステふくい)

福井市光陽2丁目3-22 TEL：0776-21-0311

(受付時間 月～金 9:00～17:00) E-mail: info@fukui-yss.com