

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31年

1月19日(土)

時間：10:00～12:00

会場：福井県社会福祉センター（福井市光陽2-3-22）



【講師紹介】

スクラム福井

副センター長。発達障害者地域支援
マネジャー

福井県福井市生まれ。社会福祉士、精神
保健福祉士。平成21年より現職。日本設
備管理学会就労支援技術研究会委員、
福井市発達障害者専門支援者検討会委
員など。共著として「発達が気になる子の
ための自立・就労トレーニング(第7章担
当)」(合同出版)。子どもから大人まで幅
広く発達障害に関する相談を受けながら
支援を行っています。

福井県発達障害児者支援センター スクラム福井

講師：副センター長 野村 昌宏 氏

テーマ：「自立に必要なものは何？」

いっしょに考えてみませんか」

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（事前にサポステふくいまで申し込み下さい）

日時：平成30年11月17日(土) 11月開催のセミナーレポート

テーマ：「まず自分が幸せになる ～それを周りに広げていこう～」

講師：金沢工業大学心理科学研究所 所長・教授 塩谷 亨 氏

今回のセミナーでは、ポジティブ心理学を研究されている塩谷先生から、悩みの対象そのものやネガティブな所に焦点をあてるこれまでの心理学とは異なり、起こっている現象のポジティブな面をとらえるさまざまな考え方をご紹介いただきました。子どもや家庭の問題にネガティブな感情を抱きがちで、ネガティブな状態を解消しようと躍起になっていた従来のありようから、ポジティブな状態を促す働きに注目することを勧められました。実際に、保護者の方自身が「幸せ」を感じた瞬間を思い出し、「幸福感」について一緒に考えました。セミナーでは、保護者の方と職員全員で、コミュニケーションを利用したポジティブ感情を体験するワークに参加しました。大きな声で挨拶して、相手のことをほめる、御礼の気持ちを伝える、握手するというエクササイズでは、普段よりも大げさに表現することで、その場の空気も変わり、「幸福感」の要素のひとつである「他者とのよい関係」を結ぶ体験になりました。

最後に、塩谷先生から幸福感を体感するのに必要な5つの要素、「ポジティブ感情(P)」、「夢中になること(E)」、「他者との関係(R)」、「生きている意味(M)」、「達成(A)」について、実際にPERMAを自分の生活の中で探してみることで、日々、3つの「よかったこと」や「うまくいったこと」を記載する方法を説明されました。

参加者からは、「マイナス思考になりがちな日々、こんな風に考えられるんだと、気持ちが楽になった。」、「話し合うときも、きちんと向き合っ目を見て話すことが大事と感じた。」との感想がありました。

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。

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