

『ちょっと、肩の力を抜いて、人生楽しもう』

日時：12月19日(木) 19時～21時

場所：内浜公民館 2F 地域団体室

講師：Salon de Mlab 代表 福田みゆきさん



『子どもと些細な事で喧嘩になってしまう。』
『子どもが学校に行きたくないと言ってるがどうしたらいい？』
『〇〇ちゃんは勉強してるのにうちの子は…』
『子育ての事で夫と意見がぶつかる』
『将来が不安』 etc.



マイナスな感情に振り回されていませんか？

「セルフコーチング」とは、

自分に対して、自分にコーチングすることです。

- ・ 自分を知り、感情のコントロールが出来ると、親子や夫婦等の人間関係はどのように変化すると思いますか？
- ・ 漠然とした不安も、自分がどうしたいのかが明確になると、見方は変化すると思いませんか？

自分と向き合うことで『肩の力を抜いて人生が楽しくなれる』
セルフコーチングの一部をこの機会に体感してみませんか？

【Salon de Mlab 福田みゆき】

自身の子どもも「学校へは行かない選択」をしています。

不登校という「行きたくないよ！その選択はしたくないよ！」と声を挙げられる、子どもの勇気を讃えるような時代がやってきました。

これまでの一律制に沿い、はみ出さない、誰かにとっての良い子である時代は終わり。

先生も子どもも苦しむ、そんなシステムは終わり。

今、不登校と言われる子ども達が表現しているものは、大人達へのメッセージだと感じています。

「もうちょっと、肩の力を抜いて、人生楽しもうよ！」

大人達が、自身の人生の安らぎや、心地良さを、どれだけの人が子ども達に見せてあげられているでしょうか？

果たして心底生きる喜びを感じている人は、どれだけいるでしょうか？

私自身も、幼い頃からそんな疑問を感じながら、生きづらいこれまでの道のりを経てきた一人です。



問い合わせ先 ひだまりの会

090-2965-6100(杉原)

080-9246-7240(向井)

hidamari12nen@yahoo.co.jp