



子どものよりよい成長と発達と  
自死・自殺予防のためのサポートセミナー

## 発達心理とカウンセリング講座

長野県新5か年計画「しあわせ信州創造プラン2.0」  
困難を抱える子供への動物介在による支援事業

### 第11回

2月16日(木) 18:30~

会場

ZOOM開催です。ご希望の方は前日までに日にちとお名前を  
ご記入の上、下記メールアドレスまでお申し込みください

講師

飯田 俊穂 (長野県子どもサポートセンター所長  
安曇野内科ストレスケアクリニック院長)

参加費無料



### カウンセリング講座

前半

思春期・反抗期  
子どもとの付き合い方

後半

自分のきもちとの付き合い方  
~不安・イライラ・怒りなど~

注：新型コロナウイルス感染拡大  
につきZOOM開催です



どなたでも参加できます。お気軽にお電話ください。

NPO法人長野県子どもサポートセンター  
〒399-8201 安曇野市穂高有明9980-4  
TEL : 0263-50-5682  
Email : ncsc108@yahoo.co.jp



主催：長野県 NPO法人長野県子どもサポートセンター  
後援：上田市教育委員会 東御市教育委員会



# 発達心理とカウンセリング講座

## 年間予定表



前半	月	日	曜日	テーマ
	4	28	木	発達心理と最新の脳科学
	5	19	木	心の成長発達プロセス（乳児期～幼児期）
	6	23	木	心の成長発達プロセス（学童期～）
	7	28	木	「学校に行きたくない」と言われたら！
	8	25	木	こころの居場所づくり（愛着について）
	9	29	木	大切な命を守るために（自死・自殺予防）
	10	27	木	動物とのふれあいと子どもの成長発達について
	11	17	木	繊細な子どもたち（HSC）
	12	22	木	朝起きれない子どもたち（自律神経について）
	1	19	木	依存症のサイン（スマホ・ネット）
	2	16	木	思春期・反抗期 子どもとの付き合い方
	3	23	木	子どもの特性について（発達症が心配）

後半	月	日	曜日	テーマ
	4	28	木	話を上手に聴くテクニック（傾聴法）
	5	19	木	自分を客観視するコツ
	6	23	木	ネガティブ思考で困っていませんか？
	7	28	木	問題解決に焦点を当てたアプローチ
	8	25	木	人との上手な付き合い方（アサーションテクニック）
	9	29	木	ストレスと上手に付き合う方法は？
	10	27	木	あるがままの実践とは！
	11	17	木	マインドフルネスとストレス低減法
	12	22	木	考え方や受け止め方を変えてみる！
	1	19	木	人生の物語を変える～ナラティブアプローチ～
	2	16	木	自分の気持ちとの付き合い方 ～不安・イライラ・怒りなど～
	3	23	木	家族・統合・協働カウンセリング