

## 年間予定表

前半:子どもとのかかわりのために発達心理を学ぼう  
後半:子どもの気持ちを受けとめ・寄り添うためのテクニック

①4月11日(木) 終了しました

- 子どもの心の発達～現代っ子の理解のために～
- 今、なぜカウンセリングが必要なのか？

②5月9日(木) 終了しました

- 子どものストレス要因とは？
- 感情(不安・怒り・恐怖など)のコントロール

③6月13日(木) 終了しました

- 愛着の大切さについて
- 自己防衛の仕組みを考える

④7月11日(木) 終了しました

- すぐできる!不登校回復ステップ
- 認知・行動に働きかけて気持ちを楽にする

⑤8月8日(木)

- 自律神経の乱れと不登校～朝起きれないのメカニズム～
- “あるがまま”にセルフモニタリングしてみる

⑥9月12日(木)

- 動物とのふれあいと子どもの成長
- 簡単にできるマインドフルネス

⑦10月10日(木)

- ストレスをためやすい現代っ子
- 自己表現のトレーニング～アサーションのすすめ～

⑧11月7日(木)

- 脳科学と心の仕組み～自律神経や昼夜逆転など～
- 家族システムアプローチとは

⑨12月12日(木)

- これって発達症?～発達段階との違い～
- 問題解決志向アプローチのエキス

⑩1月9日(木)

- 思春期には何が起きているの？
- ナラティブアプローチとは

⑪2月13日(木)

- 自分に自信をもつためにどうすれば?～自死予防のために～
- 統合的心理療法のすすめ

⑫3月12日(木)

- ゲーム・ネット・スマホ依存って大丈夫？
- オープンダイアログってなに？