

## 第168回『マザーズコーチング』

- ♪ 講師： Dreamie(ドリーミー) 代表 鮫島 みずほ先生
- ♪ 日時： 2020年2月15日(土) 14:30~16:00
- ♪ 場所： 池田病院第二別館2階
- ♪ 参加者：9組(子ども 9名)



### 内容

#### ♪コーチングとは

対話によって相手の自己実現や目標達成を効果的にサポートしていくコミュニケーション技術。

#### ♪マザーズコーチングの定義

コミュニケーション能力を幸せに生きるために、自分らしく、おおくの人と信頼関係を築き支えあうことのできる能力。

特にコミュニケーションは脳の発達著しい幼少期にお母さんや身近な大人との関わりから学んでいる事が大半を占めている。

お母さんがコミュニケーション能力を高めていくことで、子供たちは自然とコミュニケーションを学ぶことができる。

☆YOUメッセージ：頑張っていますね。素敵ですね。など相手を評価する

☆Iメッセージ：あなたと話すとワクワクする。～して下さい優しいですね。

～なところが素敵だと思います。など心の動きを伝える。

子どもに伝わるメッセージは言語よりも非言語の方が強く影響を与えています。まずはお母さんが子供の心に届く言葉を自然と発する事ができるよう心がけてみましょう♪またお母さん自身も自分のことを褒めながら子供と一緒に成長できるよう楽しみながら子育てをしていきましょう(\*^-^\*)♡



### ☆参加者のお声☆

- 子育てについて見直す機会になりました。
- 子供との関わり方のヒントになった。
- これからの子育てに生かせることが学べてよかった。
- 話を聞いている間子供とあそんでもらえて良かった。

### 4月のご案内 「離乳食クッキング～講義あり～」

講師： 神宮 由佳 管理栄養士

日時：2020年4月18日

時間：13時30分～16時00分

場所：りぼんかん おりょうりのへや

募集人数：8組 **参加費無料 要予約**

もってくるもの：エプロン・三角巾・マスク・飲み物

※変更になることもあります。



会場は池田病院第2別館  
参加費**無料**・**要予約**です。  
託児受付はりぼん館 受付  
14:10～  
お誘い合わせうえ、どうぞご  
参加ください。  
**ご予約やお問い合わせは、**  
チックタック童夢館  
**<099-255-3737>**まで  
お気軽にお電話ください。

