



令和6年度 第2回そだつ部会

令和6年12月17日 in 中央図書館



『キズつき体験から回復するヒントを探そう』

第1回そだつ部会を受けて、キズつき体験から回復するヒントについて、レジリエンスについて学んだ後、グループワークを行って、みんなで考えました。30名の方の参加がありました。

🌸 レジリエンスについて 🌸

レジリエンスとは、
「うまく適応しながら成長する能力」
回復力・弾力性・適応力

ボールを使って分かりやすく解説頂きました。



そだつ部会・部会長 平中 健氏
(あかいわ児童発達支援センター)

🌸 グループワーク 『底打ちシンキング変換』 🌸

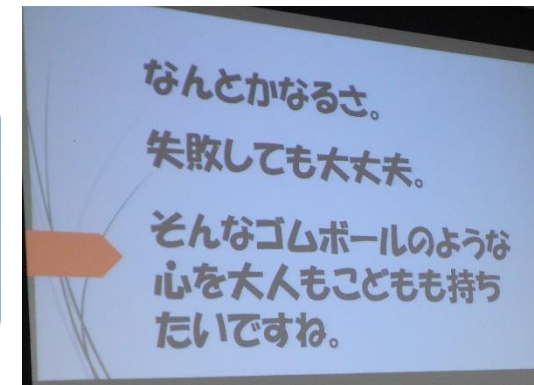


発表に対して
みんなから
ほめて
もらいました
💖



🌸 ま と め 🌸

こどもたちには
「人を助ける経験」
「自分で決める経験」
「自分のことを話す機会」を増やす
しっかり褒めて自己肯定感を育む



🌸 参加者からの感想 🌸

- 良かったと思う。小さな事でもほめる事は大切だと思った(保護者)
- 反論を間にはさむことで、考えることができ、1つのことだけで はばひろく考えられるようになるのでよかった。子供と悩んだ時にやってみます(保護者)
- 自分の気持ちに素直に向き合う機会になった。自分を責めすぎるのもよくないと思った(療育等事業所)
- 他人の意見を否定せず、認めようというスタンスがよかった(療育等事業所)
- レジリエンスについて初めて聞きネガティブな思考や行動を変えることで自分が楽になったり、スムーズな人間関係ができ、ぜひ実践してみたい(相談支援事業所)
- 子どもではなく、日々子育てにふんとうされている保護者自身のレジリエンスの力、取り組み、経験として活用していつてもらえるといいなと思います(相談支援事業所)
- マイナスの感情をのりこえていくためにも思考(考え方)を工夫することで、対応が大きくかわってくることを確認することができました。その思考になるための問・心の余裕を日々心かけていきたいと思います(学校関係者)
- 反論することで感情、行動が変わるなと感じました(行政)

