

# ポジティブ ゆとり子育て講座



# 講座の内容

STEP

01

自分を知る



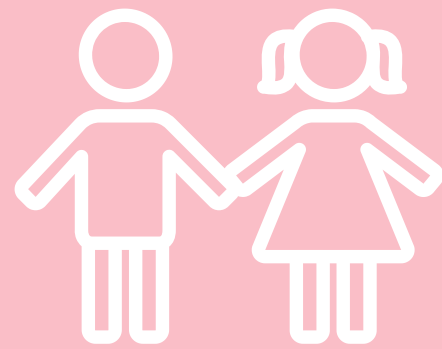
- 自分の整え方を知る
- 自己理解と自己受容
- 気質を知る

# 講座の内容

STEP

02

子どもを知る



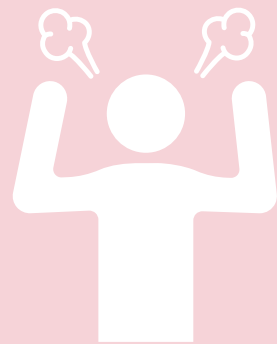
- 子どもの発達段階
- 子どもを観察する
- ほめ方叱り方
- ストロークワーク
- コーチング実践

# 講座の内容

STEP

03

怒りを知る



- 怒りのメカニズム
- 怒りの伝え方
- 怒りのコントロール
- 手放しのワーク
- 怒りと生活習慣

# 講座の特徴

**ZOOM講座**  
(毎月2回)

**個別  
カウンセリング  
コーチング**  
(毎月60分)

**グループ  
勉強会**  
(月1~2回)

**LINEサポート**  
**無制限**

**グループ  
チャット**

**20本以上の  
動画講座**