

# 自分で立ち上げられる強い心を育てよう ～その心を育てる関り方を学ぼう～

近頃、良く耳にする「自己肯定感」という言葉をご存じでしょうか？

「自己肯定感」の気持ちは、努力して結果を出す事で評価を得ると高まります。とても大切な気持ちはありますが、他者からのプラスの評価が無いと、自信を喪失してしまいます。

一方、「自尊感情」とは、『あるがままの自分』を認められる心持ちの事をいいます。良い自分も、ダメな自分も受け入れる強さは、『自分が必要と感じた時に』『自分を信じて前進できる』強く、しなやかな気持ちと言えるでしょう。

その心を育てるためには、幼少期の養育者の関りはもちろんの事、大人になってから、いつでも誰にでも育てるチャンスがあります。子育て中の保護者さま、後輩を育てる立場の方、どなたにもお役にたてる内容です。『自尊感情』を育てる極意を一緒に学んでみませんか？

## 講師プロフィール: 近藤 卓(こんどうたく)

略歴: 1948年埼玉県生まれ。

東京大学大学院教育学研究科博士課程満期退学。専門は健康教育学、臨床心理学。高等学校教諭、中学・高等学校カウンセラー、ロンドン大学精神医学教室・研究員、群馬大学、立教大学、東海大学、山陽学園大学などを経て現職。

現職: 日本ウェルネススポーツ大学・教授。

日本いのちの教育学会・会長、日本学校メンタルヘルス学会・理事

日本健康教育学会・評議員、公益社団法人青少年健康センター・理事、公益社団法人誕生学協会・顧問。



## 最近の主な著書

『いじめからいのちを守る』金子書房、2018

『子どもの心のセーフティネット』少年写真新聞社、2016

『乳幼児期から育む自尊感情』エイデル研究所、2015 他多数



日時: 9月26日(土) 13時30分~15時 (オンライン)

参加費: 800円(振込料金は各自でのご負担になります)

定員: 100名 (定員になり次第締め切らせていただきます)

申し込み方法: 申し込みフォームまたはURLよりお申し込み頂き、入金確認後にオンライン(Zoom)IDとパスワードをお送り致します。

お申込み

世田谷目黒助産師会HP

<http://setagaya-josanshi.net>

よりお申込み下さい

申し込み

QRコード



(公社)東京都助産師会世田谷目黒地区分会主催  
お問合せ先: jo34.naka-taka@ezweb.ne.jp (中西貴子)