



蒸し暑い季節になりました。体温調節が難しい発達障害のあるお子さんにとっては特に辛い季節ですね。怒りの感情にまかせた暴力・暴言でパニック行動を起こしているお子さんは、周りとの人間関係も築きにくい上に、その行動でストレスを発散できたかというとその逆で自己肯定感が下がり、ますます負の悪循環におちいっていきます。そして、そのお子さんのご家族や先生方もその対応に自信をなくされている方が多いのではないのでしょうか。

この講座では、「7段階の気持ちの温度計」（久武作）＋「アンガーコントロールトレーニングキット（東京教育技術研究所）」の2つの教材を用い、「なんっちゃってコミック会話」の手法を使ってアンガーコントロールを行って個々にあったストレス解消方法を見つける方法を一緒に学んでいきます。

少しでも、しんどい思いをしているお子さんやご家族、先生方のお役に立てることを願って、みなさまの参加をお待ちしています。



☆日時：8月15日（日）9：30～12：00

☆場所：江のロコミュニティセンター5階

（高知市愛宕町1丁目10-7 Tel.088-820-1022）

<https://www.city.kochi.kochi.jp/soshiki/21/enokuchi.html>

☆参加費：一般の方2,000円 会員1,700円

☆講師：久武夕希子（TOMOはうす）

☆定員：15名（定員になり次第締め切ります）

☆申し込み tomohouse2012@gmail.com まで

①メール表題「アンガーコントロール講座」申し込み ②氏名

③所属 ④すぐに連絡できるメールアドレス ⑤すぐに連絡できる電話番号

※コロナ感染状況によっては、オンラインでの開催になる可能性もあります。

☆持ってくるもの：3色ボールペン



TOMOはうすでは「すぐ側にある楽しい学びの場作り」を合い言葉に、毎月オンライン学習会を開催しています。会員になっていただくと（年会費2,000円）、これら学習会参加費の割引、耳より情報をお届けする会員通信、教材の無料貸し出し等特典があります。

これを機会に会員になりませんか？詳しくはHP (<http://tomohouse2012.web.fc2.com/>)で。

