

子育て・親子関係セミナー

子どもに怒ってばかりの私。ママでいる事が辛い！
『もう一人で悩まないで』
心の仕組みを知り楽しく幸せな子育てを

「どうしてできないの？
なぜ言う事を聞いてくれないの？」
「○○ちゃんは出来るのに、うちの子はなぜ？」
「私だって怒りたくない！
でも、いつも怒ってばかり！！」
「私は他の人のよう上手くできない、
良いお母さんになれない…」

そんな気持ちになる事、ありませんか？
この苦しさから楽になるにはまず、どうしてこんな感情が生まれてくるのか、この苦しみはいったいどこから来るのか…その根源を知ること、実はそれがとても大切なプロセスなのです。

【心のしくみ】から見たとき、その怒りの下にある 惨めさも、不安や寂しさ、悲しみ、わめき散らしたくなる衝動も、マグマのようにこみあげるその怒りさえも、それらを感じることはある意味、当然の事と言えます。

このセミナーでは【心のしくみ】を、親子の関係性、自分の物事のとらえ方、そういった観点からもわかりやすくお話しします。

本当はお母さんだって、怒って良いし、泣いて良い。寂しさも、悲しさもぜ～んぶん感じて良い。それが言葉だけでなく『深いところから腑に落ちる』ことで、今まで見えていなかった新たな視点に気づけるでしょう。

私たちは誰もがみな、「子ども」時代を経てきました。このセミナーを通じ心のしくみを知ること、当時のお父さんやお母さんの気持ちが少し見えるきっかけになるかもしれません。それはきっと新しい気づきとともに、ご自分への優しい気持ちを感じて頂けると思います。

子育て中の方はもちろん、昔子どもだったことのある全ての方へ、ぜひぜひお誘いあわせの上、お気軽にご参加ください。

セミナー内容

- 怒る子どもと自分との同一視
- 母親の役で自分を縛っていませんか？
- 子どもに寄せる期待で埋めている思いは何？
- 子どもに対する、心配不安。それはなぜ起こる？

- 怒る自分私が許せない。可愛いのになぜ。
 - ー 自分責めによる苦しみを紐解く
- イライラの対処方法、感情解放 EFT
 - ー 心が落ち着く、指二本の魔法。
 - ー 子どもと一緒にタッピング

講師からのメッセージ

私自身、3人の娘を育てた母親です。とは言い、私自身の子育ては、人に自慢できるほど立派なものではありませんでした。自分の自信のなさを子どもで埋めたり、夫婦間のストレスを娘たちにぶつけたり、今から思えば反省点ばかりの子育てでした。今、彼女たちは成人し、親バカではありますがそれぞれ素敵な娘に育ちました。娘を失敗作だとは言いません(笑)

でももしも、あの時の私に、心の仕組みを教えてくださいませんか？この怒りや焦りを楽にする方法があるんだよ。とアドバイスをもらえたら、もっと楽に、幸せな気持ちで、子育て期を楽しめた事でしょう。

そんな私の経験談も含め、一人でも多くの方が、本来の自分を取り戻し、自分らしい子育てができますように。

そして、本当の幸せを感じられる子ども達が育っていきますように…心を込めてお話しします。



【講師】高橋 まこ

開催概要・お申し込みについて

【日程】2018年7月4日(水)

【時間】10:00～12:00(受付開始:9:30～)

【会場】あうるすぽっと 会議室 B2

豊島区東池袋 4-5-2 ライズアリーナビル
(有楽町線 東池袋駅 6・7 出口より直結、
JR 池袋駅より徒歩 10 分)

【費用】3,000 円

【お申し込み】

右の QR コードか以下の URL よりお申し込みをお願いいたします。

<https://pro.form-mailer.jp/fms/0805626286293>

