



あなたの子育てを応援する

# ハートフルコミュニケーション

こんにちは。NPO法人ハートフルコミュニケーションです。私達は、子育て中や子どもに関わる方を応援する活動をしています。子育てで気になることがありましたら、いつでも気軽にお声がけ下さい。『今』のお子さんに合った関わり方や工夫を一緒に見つけていきましょう。

## ハートフルコミュニケーションとは



子育てにコーチングを取り入れたプログラムです。子どもの『幸せな自立』の為に、子どもの『生きる力』を引き出し伸ばしていこうと提案しています。子どものいきいきと輝く目、「やってみよう！」と積極的に取り組む心を育む親の関わり方は、文庫『子どもの心のコーチング』にまとめられ、シリーズ累計100万部のベストセラーになっています。

ハートフルコミュニケーションでは、親が子どものコーチになりましょうと提案しています。

### 『子どもの心のコーチング』

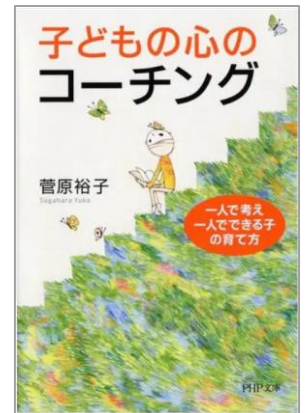
NPO法人ハートフルコミュニケーション代表理事 菅原裕子著 PHP文庫  
コーチングの技術を応用した『一人で考え一人のできる子の育て方』をわかりやすく紹介しています。

「親は子どもをサポートし、才能を花開かせるコーチ」

「子どもに教えたい、“愛すること” “責任” “人の役に立つ喜び”」など、

親がコーチとして、子どもの「生きる力」を引き出す関わり方を

解説した入門書です。



## 育てたい3つの力

子どもの『幸せな自立』のために、子どもの中に3つの力を育てましょうと提案しています。

**『愛すること』** たっぷり愛することで子どもの自己肯定感が育ちます。

**『責任』** 自分で考えて行動する力を引き出します。

**『人の役に立つ喜び』** 自分の力を人のためにも使おうというやる気の種を育てます。

お子さんの年代にあった関わり方を一緒に考えてみませんか？

詳しくはホームページをご覧ください



<http://www.heartful-com.org>

ハートフルコミュニケーション

検索



<http://www.heartful-com.org/m/>

(右のQRコードからアクセスできます)



# ハートフルセッションとは

『子どもの心のコーチング』の内容をベースに、定期的にひとつのテーマについて、子どもとの日常を振り返る場です。ハートフルコーチが、進行役となり「これでいいのかな？」「こんな時、みんなはどうしているのだろうか？」と思う事を、参加者同士で語り合います。その中で自分らしく子どもと関わるヒントを見つけます。さらに、身近なシニアとの関わり方を考える「シニア編」があります。

## \*セッション参加者の声

- ・気持ちが軽くなった。
- ・いろいろな人の子育てや気持ちが聞けて参考になった。
- ・子どもへの関わり方を少し変えることができた。



## ■セッションテーマ

### 【基本編】

- 第1回 親の役割
- 第2回 子どもに教えたい3つの力
  - ①愛すること
- 第3回 ②責任
- 第4回 ③人の役に立つ喜び
- 第5回 子どもを幸せにするしつけ
- 第6回 親の幸せは自分で作る

### 【思春期編】

- 第1回 思春期とはどういう時期か
- 第2回 親の立ち位置
- 第3回 愛すること
- 第4回 責任
- 第5回 人の役に立つ喜び
- 第6回 親の自立

### 【シニア編】

- 第1回 話してみよう シニアのこと
- 第2回 見つけよう 私とシニアの関係
- 第3回 考えてみよう これからのこと  
シニアの幸せ、私の幸せ



## ハートフル子育てIdea boxのご案内

多くの方が直面しがちな具体的な課題を取り上げて、菅原裕子とハートフルコーチたちの解決方法をご紹介します。例えば…

- 【乳幼児期】 しつけって、どこまでやればいいのでしょうか
- 【学童期】 小6男子 習い事に対してやる気が感じられません
- 【思春期】 母娘関係を立て直したいです
- 【凸凹っ子】 新1年男子、学校、担任との関わり方が不安です

他にも、さまざまなお悩みのヒントが盛り沢山です。  
あなたの悩みのヒントが見つかるかも？！

