

親子で学ぶ Kids アンガーマネジメント講座

“おこいんぼオクトパス”を やっつけよう!



©イソトキデザイン/アンガーマネジメント 20




怒る時のルールや怒った時どうしたらいいのかなど、ワークブックを使って学べます。アンガーマネジメントは、怒りの感情と上手に付き合うための心理トレーニングです。

相手の気持ちを理解することや、自分の気持ちを上手に伝えられるようになることで、友達や親子の間でよい関係が築けます。

夏休みのイライラも一緒に吹き飛ばしましょう!

- 🕒 日時 平成30年 8月26日(日) 10:30~12:00
- 📍 会場 金沢市教育プラザ富樫 1号館 123 研修室
- 👤 定員 児童・保護者 10組
- 👥 対象者 ※ 先着順 (託児のお申し込みは、8月17日(金)で締め切ります。) 年長から小学校6年生の児童と保護者(父、母、祖父母など) ※ 親子イベントのため、お子様や保護者のみのお申し込みはご遠慮ください。
- 💰 参加費 1家族 1,000円
※ ワークブック・資料代、材料費、おやつ代
- 📞 お申込み お問合せ NPO 法人ウィメンズ・エンパワーメント金沢プロジェクト
TEL 076-255-7582 E-mail wek7582@spice.ocn.ne.jp
※お電話でのお問い合わせは、午後1時から5時の間にお願います。

託児あります
(500円)

この講座は、『ドコモ市民活動団体助成事業』の助成金により実施しています。 

☺ プログラム

1. ルールの確認
2. アイスブレイク “バルーンバペット”
3. じぶんの怒りのチェックシート
4. 怒りってなんだろう
5. おやつタイム
6. 怒りたいときって、どんな気持ち？
7. 上手な怒り方をマスターしよう

こいこい親子で楽しむプログラムイベント 20



☺ お申込み

下記の参加申込票に記載し FAX 送信いただくか、必要事項を記載してE-mail でお申し込みください。

NPO 法人ウィメンズ・エンパワメント金沢プロジェクト
 FAX 076-255-7582 E-mail wek7582@spice.ocn.ne.jp



===== 参加申込票 =====

ふりがな		年 齢	性 別
参加児童のお名前		才	男・女
食物アレルギーなど、特別配慮が必要なことがあればご記入願います。			
保 護 者のお名前		続 柄	母・父・その他 ()
ご住所	(〒 -)		
E-mail		連 絡 先 電話番号	

※ 託児（有料）を希望される場合は、希望児童について下記にお名前、性別、年齢をご記入ください。

お子さんのお名前		性 別	男・女	年 齢	才
食物アレルギーなど、特別配慮が必要なことがあればご記入願います。					
お子さんのお名前		性 別	男・女	年 齢	才
食物アレルギーなど、特別配慮が必要なことがあればご記入願います。					