

# わが子に自信を持たせるために

## やる気を引き出す全8回の「いっチャが教室」

無料で臨床心理士が個別対応。最終募集です

同志社大学心理臨床センター

<http://pscenter.doshisha.ac.jp/>



わが子のこんな傾向、  
気になりませんか

- やる気がない
- いつもイライラしている
- 自信がなさそう
- すごく心配性
- 友達目を気にしすぎる
- 初対面の人と打ち解けるのにすごく時間がかかる
- クラスの前で話せない
- 間違えることを怖がる
- 1人で留守番ができない

「うちの子いつも自信がなさそう」「何に対してもやる気が感じられない」「学校に行きたがらなくなった」。子どもに関するこんな悩みがあるという人はいませんか。「同志社大学心理臨床センター」では、親子に向けた「不安改善プログラム」「いっチャが教室」を実施。認知行動療法に基づいて宮崎大学で始められたプログラムで、い

「いっチャ」とは宮崎県の方言で「大丈夫だよ」という意味だそう。

子どもが不安を乗り越えて自信を持ち、友達つきあいや集団生活をスムーズにできるよう、同志社大学心理学部准教授・石川信一さんを中心に、臨床心理士が個別対応してくれま

す。「関西でこの種のプログラムが行われているのはここだけとあって、他府県から足を運ぶ方もおられます。これまでに参加された約半数の方が、8回の教室で課題を克服し、子どもが変わってきたと喜ばれています」と石川さん。参加は無料。プログラムは週に1回50分、全8回。月々金の午前11時〜午後7時の間で好きな時間を選べます。

対象は①小学3年生〜中学3年生の②不安に関する問題を抱えていること

③同センターに親子で通えることといった条件を満たす子ども。参加可否は面接後、決定します。

参加希望者は10月13日(火)〜30日(金)に申し込みを。冬休みなど都合に合わせての参加も可。こちらのプログラムの実施は、2016年3月で終了予定。そのためこれが最終募集となります。

申し込み・問い合わせは左記へ。「いっチャが教室」についてご伝えて。

●上京区新町通今出川下ル徳大寺殿町345 継志館1階 ☎075(251)3282。月々金(祝日除く)、午前11時〜午後6時30分

