

「逃げていること」に立ち向かうために

夏休みに、自信を持ってチャレンジする方法を学びましょう

「にげチャレ教室」 全6回(週1回50～60分)の個別形式。参加無料

同志社大学心理臨床センター

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



この教室は子どもが、不安な気持ちなどにより「逃げていること」に立ち向かうためのもの。認知行動療法に基づいたカウソセラリングをした上で、一人一人に合わせたプログラムが実施されます。

「不安になるとその場所から逃げてしまう」「心配事が多く、なかなか前に進めない」「嫌なことがあると学校に行けない」。子どもの、このような様子が気になるという人はいませんか。

「逃げることは役に立つときもあります。ですが、嫌なことを避けてばかりいると、自分がやりたいことや本当はできることまで、実行することが難しくなってくるかもしれません。この教室では、子どもたちが自信を持ってチャレンジするための具体的な方法を学んでいきます」(同センター 指導相談員)

「にげチャレ教室」は週1回(50～60分)の個別形式で、全6回(無料)。期間は7～8月。日程は、都合を考慮してくれるので相談を。参加可否は面談後に決定。申し込みや問い合わせは電話で。

「同志社大学心理臨床センター」では、夏休み、小学4年生と中学3年生とその親を対象に「にげチャレ教室」を行います。

「申し込み・問い合わせ」
同志社大学心理臨床センター
〒600-8302
京都市下区新町通今出川下ル徳大寺殿町3-45 継志館1階
TEL 075(251)3222

申し込み・問い合わせ
同志社大学心理臨床センター
〒600-8302
京都市下区新町通今出川下ル徳大寺殿町3-45 継志館1階
TEL 075(251)3222

- 子どもがこんなことで悩んでいませんか
- ・「不安になるとその場所から逃げてしまう」
 - ・「心配事が多く、なかなか前に進めない」
 - ・「嫌なことがあると学校に行けない」
 - ・「人の目が気になって、学校の教室に入れない」
 - ・「自分の思い通りにならないと、すぐにあきらめてしまう」
 - ・「少しの失敗を、いつまでも考えこむ」
 - ・「人前に出ると緊張してしまい、うまく話せない」



11時～午後6時30分