

お子様の力を引き出す:お子様の心理的ウェルビーイングを支援する

お子様の心の中で何が起きているのか考えたことがありますか？

お子様の力を引き出す:お子様の心理的ウェルビーイングを支援することは、単に感情の爆発や成績の低下を避けるだけではなく、お子様の内なる輝きを育むことなのです！お子様の感情を動かす真の要因を探り、私たちの経験が最初からどのようにお子様の人格形成に影響を与えているのかを明らかにします。そして最も重要なこととして、ご家庭をお子様の心理的ウェルビーイングの基盤とするための実践的な方法をお伝えします。

このセッションに参加して、お子様がただ生活を送り続けるというだけでなく、真に成長できるように促す方法を見つけてください！

学習の目的

- お子様の心理的ウェルビーイングを理解する
- 幼児期の経験の重要性を見いだす
- お子様のウェルビーイングを支援する実践的なアプローチを学ぶ

コンテンツの概要

お子様の心理的ウェルビーイングを理解する

- お子様の心理的ウェルビーイングを理解するには、発達に不可欠な情緒的健康、ストレスマネジメント、健全な人間関係が重要である
- 内在化および外在化の問題は、お子様の心理的ウェルビーイングの低下によって生じる可能性がある
- メンタルヘルスに大きな影響を与える可能性のあるさまざまな要因を特定し、養育者の積極的な関与の必要性を重視する

幼児期の経験の重要性

- 小児期の5つのキャンパス:
 - 愛着パターン
 - 社会化
 - 感情の発達
 - 認知発達
 - トラウマとレジリエンス
- ボウルビーの愛着理論:安全、不安、両面価値、混乱
- 親の行動やコミュニケーション方法が、子どもの発達にどのような影響を与えるか
 - 正の強化は、子どもの肯定的な結果や向社会的行動をもたらす

お子様のウェルビーイングを支援する実践的なアプローチ

- お子様のウェルビーイングを支援するためには、適切かつ個人的なセルフケアが重要であることを確認する
- 親や養育者がお子様のウェルビーイングを支援するために、積極的な役割を果たす方法:
 - オープンなコミュニケーションをとる
 - お子様が自己統制を学び、自信を持てるように支援する
 - ポジティブなロールモデルとなる
- BEAMフレームワークによるレジリエンスを促進する
 - 今ここにいることを大切にす
 - 不完全さを受け入れる
 - 年齢相応の健全なリスクテイク
 - 感情コントロールのモデル化