

令和元年度 宮崎公立大学 公開講座

※ 本事業は、宮崎市公開研究発表実施事業助成金交付事業の助成を受けて実施されています。

受講料無料

定員:30名
対象:未就学児の保護者

子育て支援セミナー

じょうずに相談 のびのび子育て

日時 3月7日(土) 10時30分~11時30分
(開場 10時00分)

場所 宮崎公立大学 凌雲会館2階 共同研究室2
(宮崎市船塚1丁目58番地)

子育てに、イライラや困り感はつきものです。そうした子育ての悩みを自分自身で解決できなかった場合、誰かに相談することで解決することができます。しかし、子育ての悩みは、誰にも相談できずに一人で抱え込んでしまうことが多いものです。なぜ私達は誰かに相談することに対して大きな抵抗を感じるのでしょうか？また、どうしたら上手に相談できるようになるのでしょうか？

今回のセミナーでは、心理学の専門家(大学教員、臨床心理士)が講師となり、悩み相談に関する心理学の最新知見や具体的な相談方法、そして相談先での対応事例について紹介します。相談することへの不安を取り除くと同時にその大切さを実感し、いざというときに適切に相談できる心構えを作り、子育てに伴うメンタルヘルス・リテラシー(自分の精神衛生を自分自身で管理する力)のレベルアップを目指します。

※ 本セミナーは、特定の相談機関への勧誘・仲介を行うものではありません。



野崎 秀正

(宮崎公立大学人文学部 准教授)

みやざき母親メンタルヘルス向上プロジェクト

宮崎公立大学	教授	川瀬 隆千	
宮崎大学	教授	立元 真	
宮崎公立大学	准教授	野崎 秀正	※本セミナー代表
都城新生病院		後藤 大士	
いわきりこころのクリニック		岩切 祥子	
細見クリニック		坂邊 夕子	
カリタスの園		岡本 憲和	

やわらかな知性を身につける。



宮崎公立大学
MMU LIBERAL ARTS