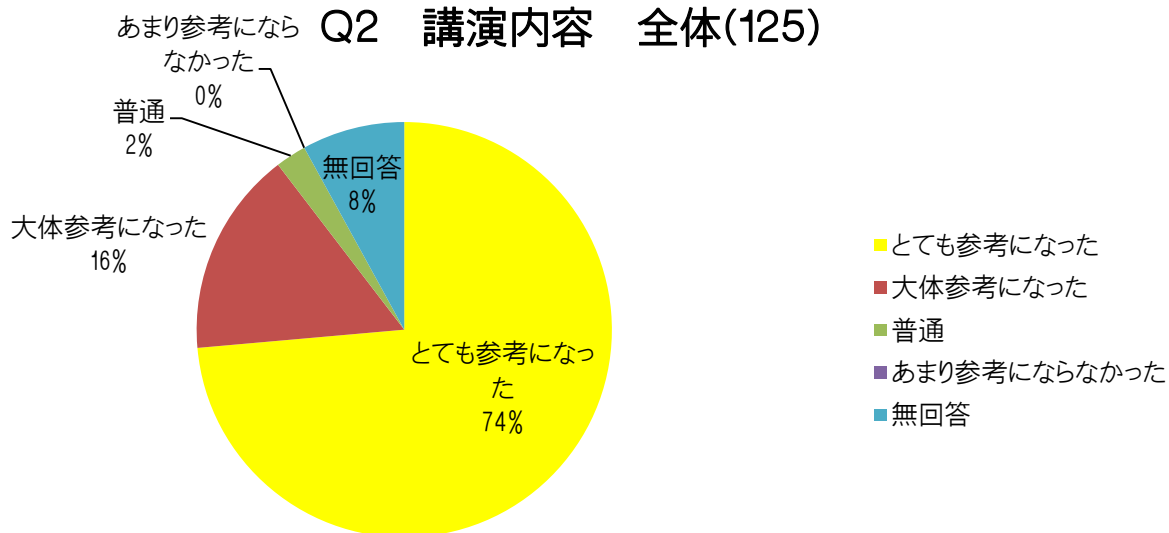


Q2 講演内容 全体(125)



1年(55)

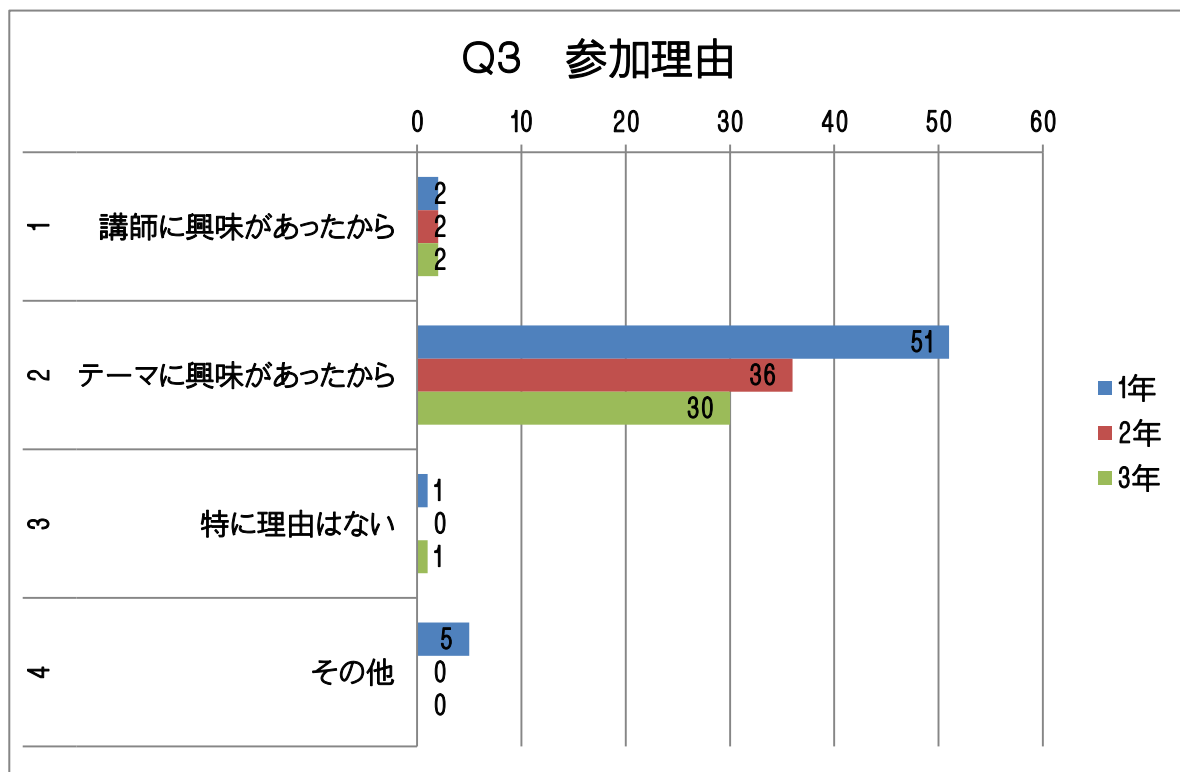


2年(38)



3年(32)





Q 6 感想

- ・ 日頃自分が考えていることが、アドラー心理学の中にも書かれていて、再確認の意味でも為になった。
- ・ 良い経験になった。考え方のひとつとして参考にしたい。
- ・ 常に感情に左右されていたので、その感情をコントロールできるよう努力しようと思った。子どもも自分も生きる力を付けたいと思った。
- ・ 自分の人間関係の勉強になった。
- ・ 難しく考えてしまいがちだが、もっとシンプルに考えたらいいと改めて思った。「ありがとう」「大好き」そんな言葉でいいんだと。
- ・ 今、自分に言ってもらいたい言葉「わー、うれしい」とか、2番目の「ありがとう」を家族が言ってくれているので、まずまず家庭内はうまくいっていると思う。うざいと思われることもあるので、一歩引きながらやってみたい。
- ・ 大変興味深く、わかりやすい講演だった。子どもとの関係にも、仕事での人間関係にも役立てていきたい。
- ・ あっという間の2時間だった。思春期って、親が思っている以上に難しい時期で大変なんだと思った。
- ・ 今までぼんやりとしか持っていなかった子育ての目標や子どもにどんな大人になって欲しいかを、思いを言語化すると心の中を整理でき、子どもへの思いやこれから何をしてあげられるのかを考え直すきっかけになった。
- ・ 日々忙しい中で、なかなか子ども（3人）と向き合えずイライラすることも多いが、今日の講演の内容を参考に、子育てを頑張りたいと思った。

- ・あたたかい気持ちになった。子どもに会いたくなった。
- ・子どもを信頼し、自分も共に成長していきたい。
- ・すぐに使える話が聞けて良かった。
- ・癒された感じがした。
- ・自分自身の見直しをしたいと思う。
- ・書いてみる、やってみるは大事。思っているだけではなく、言ってみようと思う。
- ・子育て悩み中の私にとって、とても良いテーマ、内容だった。
- ・大変参考になった。まずは自分から自分自身のことを好きになって、ちょっとずつでも今日学んだことを実践していきたいと思う。
- ・自分の感情で子どもに接している面が多々あり、今後見直していきたいと思う。
- ・アドラーの本は数冊読んだことがあり、実践できていると思うこともあれば、新しい発見もあって勉強になった。
- ・思っていることの言語化の難しさと大切さを感じた。子どもに求めるだけでなく、まず自分が変わるように自分を見つめ直そうと思う。
- ・今後、怒りに至るまでの自分自身の気持ちを、改めて振り返ってみようと思う。
- ・質疑応答の時の話が具体的でとてもよく分かった。
- ・昨年の秋から、長女が体調を崩したことをきっかけに、親子・夫婦関係の見直しの時期に来ていることは感じていた。見よう見まねでいろいろ試しているが、まだ不十分。今日話を参考に感情のコントロールや言葉かけの方法を工夫しようと思う。
- ・子育て＝自分育て が印象的だった。一次感情を伝える重要性を改めて感じた。
- ・子育て＝自分育て 自分の発する言葉の影響を考えるいい機会になった。
- ・中3の頃から言い合いが増え、上手くいかないと落ち込んでいた時もあったが、講演を聞いてみんな同じなんだと安心した。自分の言ってほしい一言を、子どもにまず言っていこうと思う。これからまだまだ子育てが続くが、一緒に育っていこうと思う。
- ・とても勉強になった。今日から早速考え直したり試してみたいと思った。あっという間の2時間だった。
- ・普段から思い込みで子育てをしているのは間違っていると気付かされた。～だと思っているだろう、～だと感じているはずという自分本位な目線で子どもを見ていたと思う。また、小言ばかり叱ってばかり、自分が不安だから安心したくて私の都合のいいように子どもを躾けようとしていた。気付かせてもらえて良かった。
- ・いい講演だった。娘と向き合えそうだ。
- ・グループワークもあり、他の方の話も聞け大変良かった。
- ・子育てや家族関係、職場の人間関係など、様々な場面での勉強になった。具体的な方法を教えていただけたので、自分の一次感情について考えてみたいと思う。
- ・グループでの話し合いをしたり、話を聞くだけではない内容で面白かった。最後の教頭先生が良かった。

- ・不登校の娘を持つ友人にも一緒に聞いてほしかったが、都合で来られなかったなのでこのことを伝えたいと思う。
- ・今日から子どもに笑顔で接することができそうだ。
- ・思春期の子どもとの接し方に悩んでいたのも、いい話が聞けて良かった。夫との関係もしかり。
- ・とても分かりやすく話していただき参考になった。子どもへの接し方を見直してみようと思う。
- ・対象が、自分にも子どもにも関わりのあることなので、とても勉強になりうれしい。行動してみようと思う。
- ・まるで息子のことにピッタリあてはまる内容だった。すぐに実践、効果が出るとは思わないが、長い目で見て自分の基本に立ち返る元が出来たような気がする。
- ・とても分かりやすいお話だった。今日から実践していこうと思う。
- ・ちょうど昨日息子と喧嘩をしたので、参考になった。一次感情を伝える努力をしたい。
- ・なんとなく思っていることを可視化する機会は良かった。他の保護者と話すのも良かった。
- ・今一番考えていたことに対しての答えが聞けて良かった。
- ・素晴らしい講演だった。帰って実践したい。
- ・他の方々の意見が聞けて参考になった。気づきが多かった。
- ・怒りをぶつけるのではなく、きちんと感情をコントロールできるようになりたい。
- ・今日の講演は、日頃気付けていないことをたくさん気付かせてくれ、とても嬉しかった。今日来たことで、笑顔になれとても元気になれた。
- ・自分を表現することが新鮮で、とても参考になった。子どもと話ができる関わりになれることが大切なのだと感じた。
- ・子どもに対して、少し構い過ぎていたと考えさせられた。親も自立しないといけないと感じた。
- ・ディスカッションすることにより、積極的な子育てへの参加意識が出てきたと思う。
- ・子どもの課題と私自身の課題を分けて考えることについて、ついついオーバーラップしていると感じた。子どものためと言いながら、自分の満足のためになってはいないのかと自問した。
- ・自分の一次感情をしっかり見つめていく大事さ、練習していきたい。大変勉強になった。子ども、職場いろいろなところで役立ちそう。
- ・最初は話し合いとかは嫌だったが、最後ストロークで相手の方の笑顔を見て、本当に「笑顔が10倍」になり、気持ちがパーっと晴れた。参加して良かった。
- ・これからの人生を笑顔で過ごせるように勇気づけられた。自分も共に育っていけるようにと思う。最後の言葉を言っただき、思わず涙が出た。
- ・実践していきたいと思った。
- ・イラッとするのは、自分の一次感情が「自分を認めて欲しい」「感謝して欲しい」ということが分かったので、次からは怒らずにまずはこれを伝えてみようと思った。怒りをコントロールする方法がわかってとても良かった。
- ・子どもをはじめ、周りとのコミュニケーションの取り方の参考にしたい。
- ・今からでも遅くないと信じて、今日学んだことを実践していきたいと思う。

- ・子どもになってほしい大人に自分になっているかと考えさせられた。感謝の言葉も言うようにしたいと思う。
- ・心にスーッと入ってきて、わかりやすかった。先生の声が聞き取りやすかった。
- ・世間に誇れる人間、子どもから誇れる人間か、今一度自分自身の目標としてとらえ頑張ろうと思う。子どもたちに生きる力を与えるように努力し、自分育てをしたいと思う。
- ・あっという間に終わった。いつもなら眠いのにな…。グループになって話し合ったからだろうか。他の方の意見が聞けて良かった。
- ・頭ではわかっているがなかなか行動に移せない自分を再確認できた。近年発達障害が話題となっているが、アドラー心理学でどこまで対応ができるのか？それが可能か、それとも補う考え方はあるのだろうか？
- ・「パートナーシップ関係」意識して心がけたいと思う。笑顔10倍を実践して、家じゅうに笑顔を溢れさせたい。
- ・まずは子どもに声をかけようと思う。愚痴ではなく、感謝の気持ちを。
- ・何気なく思っていたこと、考えていたことをしっかり考えることができた。人の意見も聞けて良かった。
- ・大切な人に言ってほしい言葉を考えたとき、自分が立ち止まっている場所に気付いた。自分への勇気づけ、子どもへの勇気づけをしていきたい。
- ・子どもに対して信じること、「母さんがどう感じたか」を率直に伝えることを大切にしたい。「生きる力」を教えていただいて「そうか！私は親にプレゼントしてもらえたんだ」と頷くこともできた。子育ては上手くいっている実感がなかなか味わえないが、子育ては楽しい。こんな学習ができることも有難い。
- ・すごく楽しく学べた。これからもっと子どもを信じる力を付けていきたいと思う。いつでも笑いある人生を私と子どもが過ごせるように頑張りたい。そして、教頭先生サイコー。普通の人で安心した。楽しかった。目の前の霧が晴れた。
- ・子どもとの接し方、話の仕方等参考になった。
- ・まずは自分を勇気づけることから、最後のストロークは嬉しかった。子育て＝自分育てを心がけて子どもに接したいと思う。
- ・子どもと自分のお互いの育て直しのチャンスをいただけたと思った。いい講演だった。
- ・実際に自分のことを考えて、言葉にしたり動いたりすることはちょっと汗をかいた。もう少しアドラーの詳しい話を聞きたかった。