

自己肯定感を育む



新しい子育て法

子どもの自信が未来を決める



11/ 土 9

石川

野々市市交遊舎

〒921-8809

石川県野々市市二日市1-2-2

11/ 日 10

福井

アイアイ鯖江健康福祉センター

〒916-0022

福井県鯖江市水落町2丁目30-1

お申込みは
こちら



開場 13:00
開演 13:30
大交流会 15:30

参加費

一般 3,000円
中島輝氏 書籍付き
4,000円

オンライン 2,500円

福井会場
限定

スイーツ
飲み物
付き



自己肯定感の第一人者



The Speaker

自己肯定感アカデミー
一般財団法人自己肯定感学会代表
中島輝氏

自己肯定感を全ての人に伝えるべく、自立した生き方を推奨する「自己肯定感アカデミー」主宰。著書累計70万部超

こんな方に
オススメです



- ✓ 前向きで行動力のある子に育てたい
- ✓ 子どもが言う事を聞いてくれずイライラする
- ✓ 私の子育て、大丈夫かなと不安

お問合せ先

自己肯定感を育むママの心理学看護師 街道恋 (れん)



080-6356-7001



hellorencoach@gmail.com

主催:mama心音 後援:野々市市教育委員会(石川県) 鯖江市(福井県)

自己肯定感を育む **新**しい子育て法

子どもの**自信**が **未来**を決める



日本の子どもたちの自己肯定感が低い現状は、将来の生き方に大きな影響を与えます。自分に自信を持ち、積極的に行動できる子どもに育つためには、まずママ自身の自己肯定感を高めることが重要です。しかし、子育てはやって当たり前、できて当たり前で、責められることはあっても褒められることは少ないものです。

そんな中で、親子の自己肯定感をどう高めていけばいいのか。すべてのママと、子どもに携わる方々にぜひ聞いてほしいお話をお伝えします。



【主催者】 自己肯定感を育むママの心理学看護師 街道 恋 (れん)



1982年生まれ、三姉妹の母（中1小5小2）看護師として20年勤務。フルタイムで勤務しながら、ワンオペ育児で、常に仕事と子育ての両立に悩む。子供にイライラし鬼のように怒っては、子供の寝顔に謝る毎日。他人と比べては、自分はダメだと凹み、他の子供と比べては自分の子育てだからと悩んだ。私はこんな鬼のようなママになりたかったのか、こんな自己嫌悪の人生をこれからも生きるのかと自分に問い、変わりたいと決意。コーチングや自己肯定感の講座を受講。

「こんな私でも大丈夫。私は何でもできるんだ」と、今まで一度も感じた事がない『自信』を得る。そして、自信がないママやイライラしては自己嫌悪を繰り返してしまうママに寄り添いたいとの思いからコーチとして起業し、現在に至る。

「ママであろうと自分らしく楽しんで生きていい」と苦しんでいるママに統計心理学×自己肯定感×コーチングを通して伝えている。まずは「自分を知ることによって自分を好きになって欲しい」として看護師で経験した生きる意味とも向き合いながら「我慢しているママが自分の人生の主人公であって欲しい」との思いで日々、活動している。

8月に電子書籍『自己嫌悪ママの幸せになる教科書』を出版。

ふくいSDGsパートナー団体ママが幸せに輝くコミュニティ
mama心音代表

お問い合わせ先： 080-6356-7001  hellorencoach@gmail.com



Amazonkindle
ベストセラー1位
「自己嫌悪ママの
幸せになる教科書」

