

## 教育オリエンテーションのご案内

**テーマ：『怒りを上手にコントロールしよう！』**

**講師：ジャッキー・ラボフ氏（元スクールカウンセラー）**

**日時：1月17日（木）午前10時～正午**

**場所：Los Angeles International School**

23800 Hawthorne Blvd., Torrance, CA 90505

Tel: (310) 502-3603（当日のみ）



**参加費：会員は無料、非会員は\$5**

私たちの日常生活の中で、少なくとも1日に1回は「怒り」や「イライラ」が襲ってくるのを経験されているのではないのでしょうか。人間は、「ことば」を持つようになってから、争いが始まったと言われています。夫婦、子ども、親戚、友人、知人、そしてビジネス関係で何かしらのトラブルが発生したとき、怒りは頂点に達するかも知れません。そのとき、どのように対処するかによって、その後の人間関係にも影響を与えることになるのではないのでしょうか。

2008年1月の教育オリエンテーションは、『怒りを上手にコントロールしよう！』というテーマで、スクールカウンセラー歴20年のジャッキー・ラボフ先生にお話し（通訳付）いただきます。

子どもたちの声の中から、『お母さんは鬼！』という声を聞くことがあります。鬼のような顔で叱られている子どもたちは、母親が感情だけで怒っていることを見抜いているかも知れません。

親として、子どもへの怒りが爆発しそうになったとき、どのように自分をコントロールすることができるのか、その方法を会得されておくと、よい子育てができるのではないのでしょうか。

皆さんと共に、その方法を学んでみませんか。友人、知人をお誘い合わせてご参加ください。

### <内容>

\* 怒りとイライラについて

\* 怒り(イライラ)と能の関係

\* イライラのコントロールのカギ

\* イライラをコントロールする解決方法

### <ジャッキー・ラボフ氏のプロフィール>

カリフォルニア州立大学ドミンゲスヒルズ校大学院にて、スクールサイコロジイ修士号を取得。スクールカウンセラーとして20年の経験をもつ。現在、レドンドビーチ市のBeach Cities Health Districtが行なっている、イライラのコントロール法「アンガーマネージメント」講座の講師。

< 参加ご希望の方は、JERC事務局 までお申込みください。 >

Phone: (310)373-4888、 Fax: (310)373-0855、 E-mail:office@jerc.org