

第1回 教育公開講座

特別講演

19:40～21:00

Dr. ジョージの

やる気

スイッチ

の入れ方

〔思春期の子供とコミュニケーションをとるために〕

心もカラダも、半分コドモで、半分オトナ。

不安定な思春期の子どもに、大人はどのようにかかわったら良いのでしょうか。将来のことを共に語れる関係を築くにはどうしたらよいのか。どうしたら自ら進んで主体的に行動できる子どもになるのか。

やる気スイッチはどうしたら入るのか？

医学博士であり、心理学博士でもあるドクタージョージに、ざっくばらんに語っていただきます。

講師：鈴木 丈織 先生

心理学博士、医学博士



プロフィール

経営コンサルタントとして人材育成、組織活性、経営戦略、メンタルヘルスアップ等で高い実績をあげている。著書は「ドクタージョージの子育て心理学 わかる子・できる子・やさしい子」「仕事うつ」「ダメージをパワーに変えるやる気スイッチ」など多数。

準備体操

19:00～19:40

美姿勢で集中力をアップ!

〔簡単エクササイズで脳を活性化する!〕

姿勢改善、機能回復プログラムで、脳の活性化、集中力アップに役立つエクササイズを行います。

講師



佐藤 竜矢

パーソナルトレーナー



志慶眞 隼人

パーソナルトレーナー



アクセス

- JR：荻窪駅西口下車（南側）徒歩 3分
- 地下鉄：丸の内線荻窪駅西口下車徒歩 3分
- バス：荻窪駅下車南口徒歩 4分

定員：先着 60 名（申込不要）

対象：区内在住・区内在勤・区内在学の方

問い合わせ：http://www.freebee.cc/

FAX: 03-6779-4754

主催：NPO 法人まちの塾フリービー