

設問7、本日の講演を聞いてどのように感じましたか？あてはまるところに○をしてください。

- ・ とても良かった ・ 良かった ・ 普通 ・ 微妙 ・ 悪い

設問8、講演を聞いて、感じた事、思った事、気付いた事、感想をご記入してください。

周りの目を気にし過ぎてダメだと思いきり落ち込むことより、
今の自分を受け入れ前向きにばかりだと思いたい。子供には私の性格を
受け育てるので、感情を押し込めすぎず、素直に育てるように
家庭環境を整えてあげたいと思ってる。



設問7、本日の講演を聞いてどのように感じましたか？あてはまるところに○をしてください。

- ・ とても良かった ・ 良かった ・ 普通 ・ 微妙 ・ 悪い

設問8、講演を聞いて、感じた事、思った事、気付いた事、感想をご記入してください。

普段、家族の世話に追われてばかりで、自分のことについて考える
余裕がなかった。自分vs自分で結論を出す ~~日常から~~ ことが多いのが、
カウンセラーの方の話を聞いて、客観的に自己肯定感について考える
~~時間~~ 時間を得られて本当に良かったです！

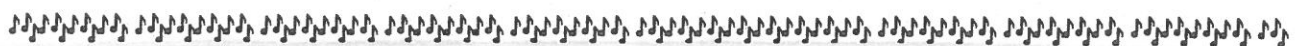


設問7、本日の講演を聞いてどのように感じましたか？あてはまるところに○をしてください。

- ・ とても良かった ・ 良かった ・ 普通 ・ 微妙 ・ 悪い

設問8、講演を聞いて、感じた事、思った事、気付いた事、感想をご記入してください。

人は、色々な性格の人がいるけれど、自分がどれに分類
されるか知れて、他のところとのバランスをとれるように
したいと思いました。



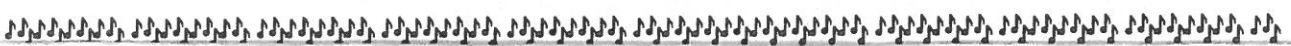
設問7、本日の講演を聞いてどのように感じましたか？あてはまるところに○をしてください。

- ・とても良[○]かった ・良かった ・普通 ・微妙 ・悪い

設問8、講演を聞いて、感じた事、思った事、気付いた事、感想をご記入してください。

◎自分の悪い所、良い所をしっかりと受けとめて、欠点事と、前向きな感情で子育てしていきたいです。

「インジョイ スマイル 😊」

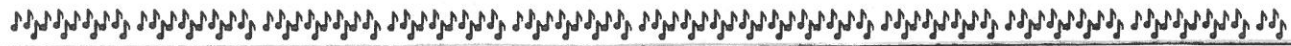


設問7、本日の講演を聞いてどのように感じましたか？あてはまるところに○をしてください。

- ・とても良[○]かった ・良かった ・普通 ・微妙 ・悪い

設問8、講演を聞いて、感じた事、思った事、気付いた事、感想をご記入してください。

日々子育てと家事に追われ、毎日自己嫌悪になり、反省ばかりしていました。子どものいい所を伸ばしてあげたいのに、イライラの感情があるため、子どもにネガティブな言葉を言ったり、子ども前の子物に首を絞めてしまっていました。この行動を振り返ると、将来子どもと大人にならぬ大人にならぬとちこちと考えると、これから子育て頑張ります！



設問7、本日の講演を聞いてどのように感じましたか？あてはまるところに○をしてください。

- ・とても良[○]かった ・良かった ・普通 ・微妙 ・悪い

設問8、講演を聞いて、感じた事、思った事、気付いた事、感想をご記入してください。

内面をグラフにあることで、改めて分かった部分が多かった。子供をのびのびと笑顔で育てられように、自分でも努力しようと思いました。

