



# CRC 通信

Mental-Health Sogo Kenkyujo Monthly Express



## 2010年1月の教室案内



※心理学教室 ⑫ <研究所>	1月 8日(金) 10:00~12:00
※心理学教室 ⑳ <研究所>	1月 23日(土) 10:00~12:00
※心理学教室 ⑳ <研究所>	1月 9日(土) 17:00~19:00
※心理学教室 ㉔ <研究所>	1月 8日(金) 13:00~15:00
※初級カウンセラー養成講座 12<研究所>	1月 9日(土) 10:00~16:00
※中級カウンセラー養成講座 11<研究所>	1月 16日(土) 13:00~16:00
※上級カウンセラー養成講座 10<研究所>	1月 30日(土) 13:00~16:00
交流分析講座(中級) ⑨ <研究所>	1月 22日(金) 10:00~12:00
※交流分析講座(初級) ⑪ <研究所>	1月 30日(土) 10:00~12:00
※アサーション講座 ⑩ <研究所>	1月 16日(土) 10:00~12:00
※心と体のスキルアップセミナー	1月 24日(日) 10:00~15:00
初級カウンセラー試験対策ゼミ	1月 23日(土) 13:00~16:00

※印は日程に変更があった講座についています。お確かめの上受講してください。

### ～ オープン講座 ～

どなたでも参加できる講座です

前橋・生活心理学講座 <研究所> 1月 22日(金) 13:30~15:00

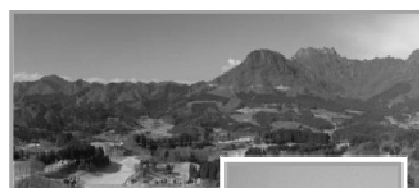
## お知らせ Information

### 1. 教室日程の変更

・1月度の各教室の日程が変更になっております。上記「教室案内」にて、ご確認の上、お間違いのないよう受講して下さい。

### 2. 宿泊ワークショップが行われました

・12月15~16日に、群馬県妙義で宿泊ワークショップが行われました。妙義山という自然や夜という宿泊ワークでしか味わえない時間を使ったワークで皆様にたくさんの気づきを体感していただきました。



### ～ワークショップ参加者の声～

- 不安でしたがハッピーメッセージを頂いて一番好きな自分に出会えた気がします。
- 自分はこのままであとは身につけられるものを身につけながらもっともっと成長したいです。
- 今回も参加出来たこと、とても幸せに感じています。偶然はない必然である。という言葉通りでした。参加出来た仲間の顔を見廻すと、どうしても会わなくてはならなかったのではないかと感じました。・キャンドルトークで流した涙、どれも忘れられない感動でした。この素晴らしいワークを開催して下さいましたことに心から感謝いたします。
- この出会いを大切に、揺らいでしまう自分がいた時はこの一日を思い出し「さあー！」と前に向かって歩き出します。
- 心の中で悶々と考えているうちはなににも解決しない。言葉にしてみたら、気持ちが決まりました。●本当に人のあたたかさを感じる2日間でした。感じられる自分になってきてよかった。

振り返り、気づきカードより抜粋

### 今月の研究所推薦図書

#### なりたかった自分になるのに遅すぎることはない

Steve Chandler 著 桜田 直美 訳 ディスカヴァー21

自分で思い込んでいる自分の「性格」などにとらわれない、本当の自分再発見のすすめです。人間の行動を観察した結果、それはどんな場合も二つに分かれるという結論に達した。「犠牲者」と「スピリットの持ち主」この本は、この二つを常に対比させながらその生き方を探っていく。



— ご不明な点がございましたら、お気軽にお問合わせ下さい —

↓ 各種セミナー・講演依頼・心理相談・心理カウンセリングご予約等随時受け付け中 ↓

## メンタルヘルス総合研究所

371-0804 群馬県前橋市六供町 1152-2 TEL 027-265-5675 FAX 027-265-5542

Mail : info@mental-life.jp

H P : www.mental-life.jp

QRコード対応の携帯電話で右のコードを写すと、メール作成画面になります。詳しくは、お使いの携帯電話端末の説明書をご覧ください。

