

CRC 通信

Mental-Health Sogo Kenkyujo Monthly Express



2010年2月の教室案内



心理学教室 ① <研究所>	2月 5日(金)	13:00~15:00
心理学教室 ⑬ <研究所>	2月 5日(金)	10:00~12:00
心理学教室 ⑳ <研究所>	2月 20日(土)	10:00~12:00
心理学教室 ㉑ <研究所>	2月 6日(土)	17:00~19:00
中級カウンセラー養成講座 12<研究所>	2月 13日(土)	13:00~16:00
上級カウンセラー養成講座 11<研究所>	2月 27日(土)	13:00~16:00
交流分析講座(中級) ⑪ <研究所>	2月 26日(金)	10:00~12:00
交流分析講座(初級) ⑫ <研究所>	2月 27日(土)	10:00~12:00
アサーション講座 ⑫ <研究所>	2月 13日(土)	10:00~12:00
心と体のスキルアップセミナー	2月 14日(日)	10:00~15:00
中級カウンセラー試験対策ゼミ	2月 21日(土)	13:00~16:00
初級カウンセラー認定試験	2月 6日(土)	13:00~15:00
中級カウンセラー認定試験	2月 28日(日)	13:00~15:00

※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> 2月 26日(金) 13:30~15:00

お知らせ Information

1. カウンセラー試験及び、対策ゼミ

・下記の日程で各カウンセラーの試験及び対策ゼミが開催されます。

中級試験対策ゼミ

2010年 2月 21日(日) 13:00~16:00

会場:メンタルヘルス総合研究所 受講料:5,000円(税込)

初級認定試験 実技・筆記・面接

2010年 2月 6日(土) 13:00~15:00

会場:メンタルヘルス総合研究所 費用:5,000円(税込)

中級認定試験 実技・筆記・面接

2010年 2月 28日(日) 13:00~15:00

会場:メンタルヘルス総合研究所 費用:5,000円(税込)

2. 湯澤所長の講演情報

・2月20日に長野県で湯澤所長の講演が行われます。

JA 佐久浅間 女性部記念講演「心の持ち方」

3. 心理学教室①～新スタート

・毎月第1金曜午前の心理学教室が、カリキュラム①から新スタートします。

今月の研究所推薦図書

いのちの詩人 相田みつをに学ぶ

松本幸夫 著 総合法令出版

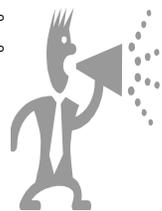
相田みつをの言葉は、人の心を「復興」させてくれる力を持っている。失われつつある古き良き時代の私達の心を詩の形で示してくれる。その詩の中には愛も憎しみも不安も喜びも夢もすべてが同居している。相田みつをの作品と共に読んでほしい一書。



心の法則 ワンポイント □

言葉の大切さ

あなたの言葉には、あなたの行動と同じ価値があります。行動することも大切ですが、それ以上に言葉は大切です。
ジョセフ・マーフィー (思想家)



前向きで、プラスになる言葉を使っていこう。行動はすぐに変えられなくても、言葉は今すぐ、誰もが変えることができる。良い言葉を選んで使うように自分の意識を変えていこう。自然と前向きでプラスな心持ちになっていくはず。

21世紀のチャレンジャー

こんにちは。10期生の小林 秀也です。前回 CRC 通信を書かせて頂いてから、1年半が経ちました。早いものですね。それから今日まで、日々の生活を通して自身で成長しているなど感じています。もちろん！これからも目標に向かって、一つひとつ成長を遂げて行きます。さて今回、「21世紀チャレンジャー」この場を借りていくつか報告をさせていただきます。

まず一つめ！先日、初級カウンセラー養成講座の試験をパスさせていただきました。知識としてだけでなく、心身共に体感学べた事に感謝しています。時にもがき苦しんだ日もありますが、いい経験をさせてもらったと思っています。

二つめ！そんな今、中級カウンセラー養成講座と交流分析を受講させて頂いています。そこでは更に深く、心理学という学問だけでは納まらないモノを感じながらいます。まさに、日々が勉強であり様々な出来事から、スポンジの様に吸収し、学ばせてもらってると思うばかりです。そこで感じ、学んだ事は積極的に ACTION して、漠然とではなく具体化して、実行していきたいです。

三つめ！今年の僕自信のスローガンを言わせてください。小林秀也は 2010 年から『可能・チャレンジを宣言する』です。何か事をする前に頭から、不可能・無理だと決めない、言わない。まずチャレンジしてみる事です。今も新たな事に挑戦をしていて、大変だと感じながらも、同時に出来そうな自分もいるんです。これは改めて「小林秀也から小林秀也への挑戦状」でもあります。ですので、ほんの少しでいいです、見守って頂けたら幸いです(笑)ざっくりまとめ上げましたが、今まで以上に楽しく CRC で過ごし、自分磨きをしていきたいと思ひます。皆さん、今後も宜しくお願いします。そして、『有難うございます。』

10期生 IDNo.312 小林 秀也



メンタルヘルス総合研究所、認定カウンセラーをご紹介します。



原田久代カウンセラー

湯澤先生に心理学、SGE、交流分析を学び、ただ今カウンセラーとして、そしてカルチャースクールの講師として活動させていただいております。心理学、交流分析をもとに身近で分かりやすいたコミュニケーション講座を開き数名の人に「よりよい人間関係を築くには」ということを、日頃周りにいる人たちの関わりを踏まえながら、わきあいあいと楽しく伝えさせていただいています。カウンセラーと一緒に泣き、笑い、怒り、落ち込み、喜び、漆黒の夜のアゲハ蝶のようにヒラヒラしている自分の心の忘れていた何かに気づき、立ち止まって、再び歩き出せるよう心の伴走者になり、心が元気になれるお手伝いをさせていただきたいと思ひます。



網藤富美子カウンセラー

認定カウンセラーの網藤です。宜しくお願いします。今は、不登校・引きこもり・ニートの方の支援活動と訪問相談、グループカウンセリングの会で活動しています。私たちにとって、家庭や社会、職場などで様々な問題や悲しみ、いらだちや怒りに直面した時、自分の人生の生きる力を見つけるために自分を知ることはとても大事なポイントになると思います。人は皆弱い生き物です。誰も一人で生きていくことは出来ませんが、自分の弱さを隠そうとします。心の苦しみから逃げようとして、痛みを感じないようにします。自分は強いと錯覚した人は、他人を攻撃したり排除したりします。心の暖かい人は、自分の弱さを認めた人です。ありのままの自分や他人を認め、自分の中にある可能性を信じ自分らしく生きていくためのお手伝いをしています。誰もあなたの心の中は読めないし、誰もがあなたの欲しいものは分からないし、あなたの大好きな人だって本当に何を考えているか分からない。言葉にして伝えなければ分かりません。話してみませんか？心が楽になるかもしれません。お役に立つカウンセラーでありたいと思ひています。

— 不明な点がございましたら、お気軽にお問い合わせ下さい —

↓ 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。

