

CRC 通信

Mental-Health Sogo Kenkyujo Monthly Express



2012年8月の教室案内



心理学教室 ⑦ <研究所>	8月 3日(金) 10:00~12:00
心理学教室 ③① <研究所>	8月 3日(金) 13:00~15:00
心理学教室 ②⑤ <研究所>	8月 3日(金) 15:30~17:30
心理学教室 ①⑨ <研究所>	8月 11日(土) 13:00~15:00
心理学教室 ⑫ <研究所>	8月 11日(土) 15:30~17:30
アサーション講座(中級)⑥ <研究所>	8月 11日(土) 10:00~12:00
初級カウンセラー養成講座 5 <研究所>	8月 4日(土) 10:00~16:00
中級カウンセラー養成講座 5 <研究所>	8月 25日(土) 10:00~16:00
交流分析講座(初級)⑥ <研究所>	8月 12日(日) 10:00~12:00
交流分析講座(中級)⑥ <研究所>	8月 12日(日) 13:00~15:00
交流分析講座(上級)⑥ <研究所>	8月 12日(日) 15:30~17:30
生命哲学研究会 ⑥	8月 19日(日) 10:00~12:00
S G E 講座 ⑥	8月 19日(日) 13:00~16:00

～ オープン講座 ～

どなたでも参加できる講座です

CRC 支援ネットワーク<佐久平教室>	8月 26日(日) 13:30~15:00
CRC 支援ネットワーク<研究所>	お問い合わせ下さい
前橋・生活心理学講座 <研究所>	8月 24日(金) 13:30~15:00
笑顔セラピー講座 <佐久平教室>	8月 5日(日) 10:00~12:00
コミュニケーション術講座<佐久平教室>	8月 26日(日) 10:00~12:00

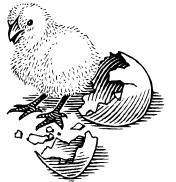
※印は日程に変更があった講座です。ご確認の上、お間違いの無いよう受講して下さい

心の法則 ワンポイント

鳥は卵の中からぬけ出ようと戦う。卵は世界だ。
生まれようと欲するものは、一つの世界を破壊しなければならぬ。

ヘルマン・ヘッセ (詩人)

今までの枠を乗り越えて新たなことにチャレンジしていこう。
過去の常識や先入観に縛られていたら、新たな発想や行動は
でてこない。居心地のいい今の環境から飛び出し、自らチャ
レンジしていかなくては、変化はいつまでも起こらない。自
分の枠や限界を乗り越えるために今どんな行動が必要で
すか？新たなステップアップのため、殻から抜け出よう！



21世紀のチャレンジャー

「心を織りなす 心理学を学んで」 加藤悦子



「オギャー!!」と産声をあげ人はまっさらな心に色々なパステルを染
め上げていく!「幸福色」であることを願いながらも人生の絡み合い
の中でその色は何色になるのか?!

2010年8月から心理学を学び、現在は[中級カウンセラー養成
講座]、[アサーション講座]、[交流分析講座]など受講中で、間もな
く3年目に入ろうとしています。心理学の難しさ、楽しさ、おもしろさ、
学べば学ぶほど奥深く…心にしみいる学問だと肌で感じています。

自己実現に向けて己を磨きあげていく!! 切磋琢磨して日々生きて
いく上での心の拠り所となる学問を学ぶ幸福をかみしめている!!

人は自分が生きていく上で常に愛を感じていたものである。そんな誰もが愛に包まれた心地
よさを願いつつ、家庭という小さな枠組みから人間関係の広がりの中でもがき苦しんでいる人が
本当に多いと思う。

最近愛の乏しい家庭で育った二人の成人した女性と話す機会がありました。一人の方は父
親が酒乱で幼児期から虐待を受け育ったアダルトチルドレン、もう一人の方は教育者の家庭で
育ったが幼児期から成人した現在まで両親から特に母親から愛情を注いでもらった記憶が無い
と話されていました。そのような家庭で育ち、現在もトラウマを抱え自己の再生を願って「生き直
し」をしている。現場に出たらさまざまな悩みを抱えた人達に出会うことと思う。私には想像もで
きない世界が待っていると思うと身が引き締まる思いがする。苦しさ、辛さ、悲しみの中で押しつづ
されそうな人達の心の声を聴き、心にそと寄り添い、「心が楽になりました!」と笑顔で言っ
てもらえるようなカウンセラーになればと決意を新たにしています。

「生活心理学講座に参加して」 板垣紀久子



「心理学なんてやったら、頭がおかしくなるんじゃない?」
私が心理学に興味を持ち始めた中学生の頃、ある人にこ
う言われました。「へえ、そうなんだ…じゃ、やめな。」その時は、単
純に受け入れて諦めてしまいました。しかし、その火種は消えてしまっ
たわけではありませんでした。社会に出て、結婚、子育てと人生を歩
んでいる間にも、様々な人や物事と関わり、一喜一憂している自分
がいました。

目に見えない「心」というものが確かに存在し、自分の人生を左
右している事実。「心」ってなんだろう?もっと、もっと知りたいと思
いが、再び自分の中に燃え始めたのです。「生活心理学」での先生

のお話は、即実践できる内容のものばかりで、その日からすぐに効果が現れました。自分でも不
思議な程、心が落ち着いていて満たされている感覚…。

周囲の関係も魔法のようにどんどん変化していき、今、毎日が楽しくて仕方がないです。見
方一つで人生はこんなにも変わるものなのかと、感動しています。この感動を一人でも多くの人
に伝えられたら素敵だな…なんて、少し早いです、次の目標まで出来ちゃいました。
(笑) 私の中に生まれた、「心理学を学びたい」という小さな点。「その小さな点が、野球場くら
いの広さになりますよ。」

そう言っただけで、偶然(必然だったかも?)出会った CRC の方でした。7月から「心理
学教室」を受講することになり、今から楽しみでワクワクしています。本当に、点が野球場になっ
てしまうかも知れませんが(笑)きっかけを与えて下さった、渡辺さん、大河内さんに感謝です。あ
りがとうございました!

— ご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

HP : 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。

i お知らせ Information

1. 2012年度 宿泊ワークショップ!!

研究所の大人気講座「宿泊ワークショップ」の今年度の日程が決まりました。
開催地はアンケート等で一番人気の高かった「榛名湖」です。紅葉シーズンと相ま
って素敵なワークショップになること間違いなしです!



2012年 10月20日(土)~21日(日)

研修会場: 榛名湖温泉 ゆうすげ元湯

参加費用: 31,500円(消費税、宿泊費、食事3食、テキスト代等込)

※9月5日までにお申込の場合 24,500円です。

早期のお申込がお得ですので、お早めにお申込下さい。

JR 高崎までの無料送迎もごさいます。お申込・詳細は別紙「ワークショップのご案内」
をご覧ください。

今月の研究所推薦図書

心が脳を感じる時

茂木健一郎 著 講談社

私たちの心のすべては、私たちの脳のニューロンの発火に伴っ
て起こる「脳内現象」にすぎない。という命題を、茂木氏独自の
「クオリア」という視点から探っていく。風にそよぐ木々の
動きや葉の色、鼻孔をふるわす芳香—さまざまなクオリアたち
を表象する「心」が、脳内にいかにして現象するか。さらにク
オリアと「私」の心を結ぶ「志向性」の新たな展開とは?脳科学
の現在から「私の心」の見取り図へ。心理学を学ぶ者として読
んでおきたい一冊です。

