



2014年6月の教室案内

心理学教室 ㉑ < 研究所 >	6月06日(金) 10:30 ~ 12:00
心理学教室 ㉒ < 研究所 >	6月06日(金) 13:00 ~ 14:30
心理学教室 ㉓ < 研究所 >	6月06日(金) 14:45 ~ 16:15
心理学教室 ④⑤ < 研究所 >	6月14日(土) 13:00 ~ 14:30
心理学教室 ④ < 研究所 >	6月14日(土) 14:45 ~ 16:15
初級カウンセラー養成講座 ③ < 研究所 >	6月06日(土) 10:00 ~ 16:00
中級カウンセラー養成講座 ③ < 研究所 >	6月21日(土) 10:00 ~ 16:00
交流分析講座(初級) ④ < 研究所 >	6月08日(日) 10:00 ~ 12:00
交流分析講座(中級) ④ < 研究所 >	6月08日(日) 13:00 ~ 15:00
交流分析講座(上級) ④ < 研究所 >	6月08日(日) 15:30 ~ 17:30
ファシリテーター講座 ③ < 研究所 >	6月01日(日) 10:00 ~ 12:00
唯識学講座 ③ < 研究所 >	6月01日(日) 13:00 ~ 15:00
講師育成講座 ③ < 研究所 >	6月01日(日) 15:15 ~ 17:15
新アサーション講座 ③ < 研究所 >	6月22日(日) 10:00 ~ 12:00

～オープン講座～
どなたでも参加できる講座です

応用心理学講座 ～すぐに役立つ心理学～ < 研究所 > 6月22日(日) 13:00 ~ 15:00

※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

今月のお知らせ

1、研究所では「皆さまの声」を募集しています！

研究所では日々、皆様・社会のニーズに合わせた講座・ワークショップ等を展開しています。多様化する社会の中、更なる研究所のボリュームアップ・バリエーションアップを考えております。皆さまのご意見お待ちしております！

例えば・・・

〇〇〇な講座を受けてみたい！！
子供と一緒に参加できるワークはないの？
夜遅くしか時間が無いけれど、心理学が学びたい！

・・・などなど



メール・お電話・FAX等にて随時お待ちしております！
貴重なご意見をお寄せいただいた方には、研究所「すまいるくん」ステッカーを差し上げます！

今月の研究所推薦書籍

家族のなかのカウンセリング・マインド
小田豊 著 北大路書房

現代の豊かさとは、の意味を考えながら子供の命の輝きを考える。子供のあるがまま、をそのまま受け入れ子供との伴走から家庭における教育を考える。心理学的基盤から見つめる子育ての本である。



心の法則 ワンポイント

自分が自分の人生を創る！

心は想像の達人です。そして私たちは心であり、思いという道具を用いて自分の人生を形づくり、その中でさまざまな喜び、悲しみを自ら生み出しています。私たちは心の中で考えた通りの人間になります。私たちがとりまく環境は真の私たち自身を映し出す鏡にほかなりません。
—ジェームズ・アレン—

種から植物が芽生えるように、人間もどのような思いという種をまくかで人生は決まるとも言える。私たちは自分が望んでいるものではなく、自分と同種のを引き寄せるといふ原因と結果の法則によって生かされているのだと思う。すばらしい人生を創り上げるためのよき思いを積み重ねていきたいものだ。



ハートハート Heart

心のふしぎ & コミュニケーション力を学ぼう！



ハッピーパワーを補給しましょう！

ハッピーパワーとは…安心感、うれしい、楽しい、ハッピータイム etc...

皆さま、
「ハッピーパワー」をちゃんと補給していますか？

「ハッピーパワー」が足りないと元気が出ない・意地悪な気持ちになる・やさしくできないなど・・・
コミュニケーションもトゲトゲしてきます。

思い当たることはありませんか？
いつもなら許せる些細な事も、
怒っていないと言いながら、ドアをバタンと閉めるなど・・・

「ハッピーパワー」は、行動の源です

大切な子供さんや、ご家族が、元気がない、口数も少ない、または攻撃的な時もハッピーパワーが足りないのです

そんな時は忙しい手を止めて「スキンシップ」しましょう。
「どうしたの？」と聞いてみましょう。
「いいわけ」や「心のつぶやき」を聞いてもらえると自分の行動や言動を振り返れるようになります。
また、他人からのアドバイスも聴き入れる心の引き出しができます。
分かってもらいたい自分の気持ちを聴いてもらう事で、「ハッピーパワー」が増えるからです。
受け入れられる「心の準備」ができるのです。

言動や行動は「ハッピーパワー」のバロメーターです
家族一人一人の「ハッピーパワー」が家族の「ハッピーパワー」を増やしているのです。
(ちゃんと補給しましょう！！)

大切な子供、大切な自分、大切なパートナー、大切な一度の人生です
お互いに温かい気持ちを伝え合い、幸せな行動力に変えていきましょう！

さわやか相談員・心理カウンセラーの野村弘子先生



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 TEL027-265-5675 FAX 027-265-5542

MAIL : info@mental-life.jp

H P : www.mental-life.jp

QRコード対応の端末で読み取るとHP閲覧やメールの作成が簡単に行えます

