



2015年8月の教室案内

心理学教室 ⑨< 研究所 >	8月08日(土) 13:00 ~ 14:30
心理学教室 ⑩< 研究所 >	8月08日(土) 14:45 ~ 16:15
初級カウンセラー養成講座 ⑤< 研究所 >	8月01日(土) 10:00 ~ 16:00
※中級カウンセラー養成講座 ⑤< 研究所 >	8月22日(土) 10:00 ~ 16:00
交流分析講座(初級) ⑥< 研究所 >	8月09日(日) 15:30 ~ 17:30
交流分析講座(中級) ⑥< 研究所 >	8月09日(日) 10:00 ~ 12:00
交流分析講座(上級) ⑥< 研究所 >	8月09日(日) 13:00 ~ 15:00
ファシリテーター講座 ⑤< 研究所 >	8月01日(土) 16:10 ~ 18:10
唯識学講座 ⑤< 研究所 >	8月02日(日) 10:00 ~ 12:00
講師育成講座 ⑤< 研究所 >	8月02日(日) 15:15 ~ 17:15
新アサーション講座 ⑤< 研究所 >	8月08日(土) 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 > お問い合わせください

※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、教室日程変更のお知らせ!

8月度日程に変更がございます。受講される方はご確認の上、お間違いのないよう受講ください。

中級カウンセラー養成講座 **8月22日(土) 10:00 ~ 16:00**

2、講演依頼の募集!!

研究所ではストレスケアの意義と重要性を創設当初より企業・職場・セミナー講演等でメンタルヘルス教育の中で伝え続けてきました。厚労省も27年度12月よりストレスチェック制度の義務化など、本格的な取り組みに入る予定です。ストレスフル社会と言われる昨今、ますます心の「健康」をテーマに取り組むことが大切です!

3、補習受講のすゝめ



学問とは
復習なり!

研究所の各種講座は、一度受講した講座につきましては、補習という形で再度受講する事が可能です。(費用は無料です!!) カウンセラー養成講座等、ロールプレイの多い講座では新しい受講者と実施することにより新しい発見・気づきがあり大変効果的です。参加を希望される場合は、人数に制限がございますので事前のご連絡をお願いします。

今月の研究所推薦書籍

ことわざ社会心理学

穴田 義孝 著 人間の科学社

甘え・見栄・タテ社会・けじめ・縁・本音と建前…日本人論のキーワードを「ことわざ」を通して分析。庶民の生活の知恵から日本人の本質に迫る。「ことわざをデータとして」人間行動を考え、「心理学とは何か」を探究しながら、心理学の扱う様々なものの見方や考え方を解説し、新たな視点・発想の転換のヒントを提示する。是非読んでもらいたい目からウロコの一冊。



心の法則 ワンポイント

人間のできることなら何だってできるという気になれば、たとえどんな困難にあっても、いつかは必ず目標を達成できる。

これと反対に、ごく単純な事柄でさえ、自分にはとても無理だと思込めば、たかだかモグラの積み上げた土くれに過ぎぬものが、目もくらむような高山に見える。

—エミール・クーエー



自律訓練法などを体験した事のある方なら自己暗示の凄さ・簡単さを実感しているだろう。私達の心は意外と単純です。良い結果を常にイメージして自分を騙してみよう。

エミール・クーエー… ポジティブ・シンキングの元祖、暗示療法&自律訓練法の生みの親として知られるフランスの精神科医、心理学者、薬剤師。

今月の人

Human Of Month

ここでは、毎月様々な方に登場していただき、感想であったり、コラムであったり、つぶやきであったり、いろいろなメッセージをいただいております。次回の「人」は、あなたかも知れません?

カウンセラー中級を受講中!! 小池由美子

人が生きていくうえで、「自分は自分でいいんだ」ということを 晩年に気がついたとしたらその時のショックは衝撃的だと思う。なかなか周りに認められ、応援続けられて大きくなった人は少ないと思うからだ。←(誰にでも顕現形態(引き下げの心理)が無意識にはたらくということを知った)

「その他大勢」の仲間であるといふ安心感はあるし、つい流されて生きてしまいがちである。他人に助けてもらおう、治してもらおう、やってもらおう、と頼ることのなんと多いことか。でもこうなってしまった理由、原因はやっぱり「自分の中にあっただんだ」と解った時、真の主体性で人は変容できると思う。そこに独自性がプラスされれば、最高の「個」が輝く。

でも、社会生活の中でいるんな人との関わりを大切にしつつ、自分にもオをくれながら一日をまあいいか、と機嫌よく終えられることはとても難しい。

最高の指導者とは、その中にいる人がリーダーがいるかどうか、わからないような人だ。という項目で、つい自分は自分は、と目立ちたがってしまいがちである。

やっぱり、抜きだして自分のことはかり言っているってあまり美しくないような気がする。

つい、人にアドバイスしたくなったり、批判してしまったり、人の話を聴くことは簡単ではないんだ。この人ちょっと怖そう、などと自然に湧き出てくる気持ちはちょっとそこに「置いといて」器を大きくできればいいが、まだまだ小皿に醤油を少し垂らしたくらい私。

今日もまた難しく、苦しかった。でも、自分が何度もカウンセリングを受けたことで、こういった段階を踏んで自己受容していくんだ、というプロセスを肌で感じられる気がする。

カウンセリングの期間を短く早く、という時代の必要性も解るが、そう簡単に人に心を大っぴらにできるわけもなく、またカウンセラーもクライアントのことを短期間で理解できるはずがない。カウンセラー自身が、深い人間形成をしていくことが一番大切なことで、毎日が勉強だと思う。

湯澤所長の... ひとこと



頭のよくない人、臆病な人、不幸な人は、目に見えたこと、耳に聞こえたこと、わかっていることを信じない。目に見えないこと、耳に聞こえないこと、わからないことを心配して生きている。

だから、ますますわからなくなる。自信がないのはそのせい。頭のいい人、強い人、幸せな人は、目に見えないこと、耳に聞こえないこと、わからないことに気をまわさない、目に見えたこと、耳に聞こえたこと、わかっていることだけを頼りに生きているするとわからないことがわかってくる。自信が生まれるのはそのせい。

メンタルヘルス総合研究所

371-0804 群馬県前橋市六共町 1152-2 TEL027-265-5675 FAX 027-265-5542

MAIL: info@mental-life.jp

H P: www.mental-life.jp

