



2017年12月の教室案内

心理学教室 ⑪< 研究所 >	12月09日(土) 13:00 ~ 14:30
心理学教室 ④< 研究所 >	12月09日(土) 14:45 ~ 16:15
初級カウンセラー養成講座 ⑨< 研究所 >	12月02日(土) 10:00 ~ 16:00
中級カウンセラー養成講座 ⑨< 研究所 >	12月16日(土) 10:00 ~ 16:00
交流分析講座(初級) ⑩< 研究所 >	12月10日(日) 15:30 ~ 17:30
交流分析講座(中級) ⑩< 研究所 >	12月10日(日) 10:00 ~ 12:00
交流分析講座(上級) ⑩< 研究所 >	12月10日(日) 13:00 ~ 15:00
生命哲学研究会 ⑨< 研究所 >	12月17日(日) 10:00 ~ 12:00
SGE 講座(上級) ⑨< 研究所 >	12月03日(日) 13:00 ~ 15:00
SGE 講座(上級) ⑨< 研究所 >	12月17日(日) 13:00 ~ 15:00
講師育成講座(上級) ⑨< 研究所 >	12月03日(日) 10:00 ~ 12:00
新アサーション講座 ⑨< 研究所 >	12月09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 > お問合せください
※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ください。

湯澤所長の...

つぶやき



魅力の原点はPACをどう生かすか

人間は子供の心(C)から出発し、成長するにつれ3つの心が育ってくる。その時々状況に合わせて3つの心を正しく使い分けことが大事。3つの心のバランスがとれているとスムーズに人生が運ぶ。仕事をする時は大人の心(A)で。家に帰って子供と接する時は親の心(P)。遊びやくつろぎの時は(C)の心が一番楽しめる。魅力の原点はPACなのである。

湯澤所長の講演情報

10月13日に株式会社東電用地の安全大会内で湯澤所長の講演が行われました。「心の健康」をテーマに、職員の方、関係機関の方々が熱心に聞かれていました。



※各種講演セミナー等への講師の派遣のご依頼はお気軽に研究所までお問い合わせください。ご相談お見積り承ります。

今月の 研究所 推薦図書

痛みと身体の心理学

藤見幸雄 新潮社

身体に感じる痛みを大切に味わうと知らなかった自分が見えてくる。それは人間関係とどういふかかわりがあるのか。病や死を前に、何が起きてくるのか。他者とのつながりから、老いと死の問題まで、身体と夢を手がかりに「心身の関」と向き合うプロセス指向心理学の知恵。自分を深く知るためのセルフ・ワークも収録。心理学を学んでいる方もそうでない方も是非読んでほしい1冊です。



心の法則 ワンポイント

人生が楽しくなる3つの事

① 勉強好き

知らないことを知るのが好き。知るほどに器が大きくなる。

② 素直

知らないこと分からない事を否定しない事。

出来る人と言われる人の共通点は素直さ...物事がよく見える。

③ 肯定的発想

人生を快適に送る秘訣。成功者に必要な資質です。

2017年度宿泊ワークショップ が開催されました!

10月28日～29日に、埼玉県嵐山町「国立女性教育会館NWEC」にて研究所の人気講座「宿泊ワークショップ」が開催されました。参加者の熱気につられ季節はずれの台風が接近する中、終始外の雨を吹き飛ばすほどの熱気で行われました。その様子と参加者様の感想を紹介させていただきます。



参加者の声

- ・待ちに待った2回目のワークショップに参加して、参加者の人達の様々な人生にふれる事が出来ました。エクササイズでは10年先の人生まで考える時間もありました。こんな空間の中に身をおける幸福感を実感できた2日間でした。このなんとも言えない高揚した気持ちを持ち続けて生活していきたいと思いました。皆さんに感謝です。
- ・初めての参加でした。気づきました。「環境を変えるのは自分自身が変わること。自分らしく生きる事」みなさんに感謝いたします。ありがとうございます。
- ・娘に対して素直になれていない自分があるということに気づけました。
- ・自分を打ち出しても平気だという肯定感が生まれてきました。
- ・「ありのままの自分で大丈夫」と思えた時、今より前向きに頑張っていけると思いました。
- ・感動のワークショップに親子で参加することができ、感謝です。次のワークショップが楽しみです!

静かな深い森の中、紅葉はじめた木々、皆と食事をしお風呂に入り、心から語りあう。そんな心の触れ合うワークショップ。思いっきり笑い、思いっきり泣き、思いっきり癒され、気づいた。そんな人生の大切な時間を共有した仲間たち。台風22号はなんのその...。心の中に大なる嵐が吹き荒れ、全く新しい自分と向き合った。まさに「心のふるさとワークショップ」な2日間でした。

参加者の皆さん、本当におつかれさま、そしてありがとうございます。 所長 湯澤建一

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E-メールの作成が簡単に出来ます

