



2019年2月の教室案内

心理学教室 ②⑤ < 研究所 >	2月09日(土) 13:00 ~ 14:30
心理学教室 ⑩ < 研究所 >	2月09日(土) 14:45 ~ 16:15
初級カウンセラー養成講座 ⑪ < 研究所 >	2月02日(土) 10:00 ~ 16:00
中級カウンセラー養成講座 ⑪ < 研究所 >	2月18日(月) 10:00 ~ 12:00
交流分析講座(初中級特別編) ⑫ < 研究所 >	2月10日(日) 10:00 ~ 12:00
交流分析講座(上級) ⑫ < 研究所 >	2月10日(日) 13:00 ~ 15:00
生命哲学研究会 ⑪ < 研究所 >	2月17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

New!! 心理学応用講座 < 研究所 >

エンパワメントコミュニケーション	2月09日(土) 10:00 ~ 12:00
人生脚本に気づき人生を変える	2月24日(日) 13:00 ~ 15:00
深層心理学を分かりやすく学ぶ	2月04日(月) 10:00 ~ 12:00
新時代のリーダーの条件(人間関係とカウンセリングマインド)	2月04日(月) 13:00 ~ 15:00
心の時代のメンタルヘルス	2月16日(土) 10:00 ~ 12:00
遺伝子を On にする生き方	2月17日(日) 13:00 ~ 15:00
自分を知る手がかり論理療法の全てを学ぶ	2月24日(日) 10:00 ~ 12:00
カウンセリングとは	2月16日(土) 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ください。

心理学の講座 好評オープン開講中!

今迄の生活心理学講座と違い、テキストに沿った講義。各講座ともに12回で修了になります。毎月各講座の日程と時間をCRC通信に掲載、ご自分の都合に合わせてご参加いただけます。

湯澤所長の...

つぶやき



馬鹿みたいに!

何をそんなに心配しているの?

今なんでもなかったらなんでもないので。人生で今なんだから、黄色くなった古新聞をいつまでも握りしめて自分を苦しめるのはやめよう。馬鹿みたいに!

みなさんは、この文章を読んで何を思い、何を感じましたか? 周りの方とシェアリングしてみましょう。



講演依頼受付中

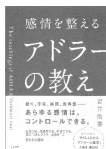
湯澤所長の講演セミナー等は随時受け付けておりますのでお気軽にお問い合わせください!

今月の 研究所 推薦図書

感情を整えるアドラーの教え

岩井 俊憲 (著) 大和書房

この本では、アドラー心理学が教えるマイナス感情を味方に変える方法を学ぶことができる。仕事でも、夫婦間でも、子育てでも、常にストレスフリーな自分に変わるレッスンが書かれている。感情を整えるためのアドラーの教えを知ることができる1冊となっている。



心の法則 ワンポイント

頭のよさとは?

What is Clever

頭のよさとは知恵のあることで問題解決能力であり知識だけではない。他人や自分から解放されていると頭がスッキリして勘がよくなる。英知は自分が自分の主人公になって今を生きる と自然に備わってくる。



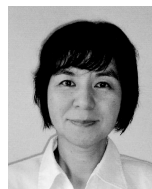
今月の人

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よ?

心理学を学んで 小池由美子

はじめまして。小池由美子と申します。私は野村先生のカウンセリングを受けて三年近くなります。書いた方が手取り早いと思い、ノートは20冊くらいになったでしょうか。沢山読んでいただき、偏った考え方のクセ、習慣に気づきました。絡まった糸をほどいて優しい言葉という柔軟剤入り洗剤で洗ってもらった気がします。自分のやりたい事、好きな事いっぱいやっていいんだよ、と背中を押され、子育てで自分の事は後回しだったので、ピアノを習い始めました。英検にも挑戦したら合格しました。誰に禁止された訳でもないのに、何と色々な事を自分で制限していたことが、自分の思い通りになるなんて信じられなかったけど、その意味が分かった気がします。心理学教室で野村さんの言ったことを反芻して更に勉強させてもらっています。特に、言葉は人を傷つけたり、言葉に救われたりするので、暖かい言葉をたくさん使えるようになりたいと思います。これからもよろしくお願いします。



心に残った言葉 石黒浩子

このCRC通信や、教室内での心に残った言葉です!

- ・自分は自分自身をほかの誰よりも好きになろう
- ・仕事に惚れている人は仕事を伸ばす
- ・自分に惚れている人は自分を伸ばす
- ・どんな事があっても自分をすきになれ
- ・自分を好きになると、他人を愛することができるようになる

【みんなに言いたい言葉】

“大丈夫大丈夫” “I'm Ok! You're Ok!”
“ありがとう” “乗り越えられないことは目の前には起こらない”
“この出逢いを大切に”
“自分の声を聴いてみましょう
自分の声に癒されたら、こんな素敵なことはないでしょう”



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

