



2020年6月の教室案内

心理学教室⑤<研究所>	6月13日(土)13:00~14:30
心理学教室④<研究所>	6月13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15日(月)10:00~12:00
交流分析講座(初中級特別編)③<研究所>	6月14日(日)10:00~12:00
交流分析講座(上級)④<研究所>	6月14日(日)13:00~15:00
新・生命哲学研究会③<研究所>	6月21日(日)10:00~15:00

～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	6月13日(土)10:00~12:00
イソップ寓話と深層心理	6月07日(日)10:00~12:00
運命を変えるセルフコントロールパワー	6月07日(日)13:00~15:00
心の時代のメンタルヘルス	6月20日(土)10:00~12:00
コーチングスキルを学ぶ	6月20日(土)13:00~15:00
フランクに学ぶ人生哲学	6月19日(金)13:00~15:00
New!! 「講演とワークショップ」	6月27日(土)13:00~16:00

※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。

お知らせ

新型コロナウイルス感染症(COVID-19)の感染拡大を受けまして、研究所では、3密に該当すると判断し教室等の当面のおやすみを決定いたしました。皆様にはご不便とご迷惑をおかけしますが、何卒ご理解とご協力をお願いいたします。再開の時期は決まり次第お知らせいたします。カウンセリング、面談をご希望の方はお問い合わせください。

咳エチケットをしましょう

必ずうがい・手洗い



今月の 研究所 推薦 図書

Newton 別冊 『ゼロからわかる心理学』 ニュートンプレス

私たちの何気ない行動や判断には、心が大きくかかわっています。目にはみえない、心のはたらきを研究する学問が心理学です。たとえば、悪徳商法にだまされてしまう、うわさを信じてしまう、負け惜しみをいってしまう、まわりの人に合わせてしまうなどの何気ない行動や判断をもたらす心理が研究されています。医療現場や学校などでは、心の問題を抱えた人のケアが行われています。本書は、さまざまな場面に登場する人の心理を徹底紹介した一冊です。ぜひ一読ください。



心の法則 ワンポイント

人に対して感じるあらゆるいらだちや不快感は
自分自身を理解するのに役立つことがある。

C.G. ユング (心理学者)

どうしてイライラしているのか、相手ではなく自分に焦点を当てて考えてみよう。もっと自分自身が寛大で、冷静で、優しく、思いやりがあればそうならないかもしれない。問題から学んで、自分の人間力を高めていこう。



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。今回の「人」は、あなたかも知れませんか？

心理学教室振り返り 斉藤亜矢子

心のイメージがことばになる。

ことばは絵になっている。

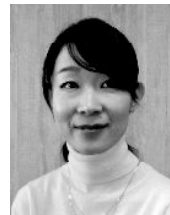
絵にする(イメージする)ことで相手に伝わる。

授業が始まり、終わるまで毎回ワクワクした気持ちになっています。今日のはじまりの方の先生からの言葉は今の私にとって、とても心に響くものでした。そしてイメージには力があるということを知りました。これからなりたい自分のイメージを沢山膨らませてイメージノートを作っていきたいと思っています。最近思うことがあります。自分が受けた授業の中には今の自分の生きるヒントがあります。そのことが分かると心の中はワクワクしています。それがどんなに困難な出来事の中においても、捉え方が変わってきている自分がいます。それってすごく嬉しいことだなと感じています。色々な人との出会いの中で過ごしていて、活かされていることに気づかされた日になりました。



カウンセラー養成講座を受講して 関口里美

午前中の少女の話の話を聞いている時、少女の手紙という形を借りて子どものころの私が急に語り始めたような感覚になりました。このまま聞いていると本気で泣いてしまうと思ながらも自分の意志ではこらえきれない涙がどっと溢れてきてしまいました。親や学校で求められるようには変わらずに「今の私ではない」という気持ちをいつもいつも抱えて頑張っていたので当時のむなしさや悲しさをこんなに心の奥に押し込めて癒えずに残っていたんだと思いました。だからちょっとしたことですぐに自信をなくしたり落ち込んだりしてしまったのかなあと感じます。「何もできなくてもあなたは素晴らしい」という存在自体を肯定してくれる言葉が心に響きました。



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できます

QR Code

ホームページ

