



2022年1月の教室案内

| | |
|--------------------------|------------------------|
| ※心理学教室 ⑫ < 研究所 > | 1月15日(土) 13:00 ~ 14:30 |
| ※心理学教室 ⑮ < 研究所 > | 1月15日(土) 14:45 ~ 16:15 |
| ※初級カウンセラー養成講座 ⑧ < 研究所 > | 1月08日(土) 10:00 ~ 16:00 |
| 中級カウンセラー養成講座 ⑦ < 研究所 > | 1月17日(月) 10:00 ~ 12:00 |
| 中級カウンセラー養成講座(特) < 研究所 > | 1月17日(月) 13:00 ~ 15:00 |
| 交流分析講座(初中級特別編) ⑦ < 研究所 > | 1月09日(日) 10:00 ~ 12:00 |
| 交流分析講座(上級) < 研究所 > | 1月09日(日) 13:00 ~ 15:00 |
| 新・生命哲学研究会 ⑦ < 研究所 > | 1月16日(日) 10:00 ~ 15:00 |
| 講演とワークショップ ⑱ | 1月22日(土) 13:00 ~ 16:00 |

オープン講座

※に役立つ
“新” オープン講座 1月22日(土) 10:00 ~ 12:00
 ~ 自律訓練法 ~

※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。



CRC 通信にスマイル相談コーナーを新設！

本紙「CRC 通信」に人生のよろず相談コーナーとして『スマイル相談』を設置します。CRC 通信を読んで下さっているすべての方対象。悩み、出来事、相談 etc... お気軽にお寄せ下さい！研究所のカウンセラーがお答えします。研究所宛にメール、お手紙、FAX 等でお受け致します。
 (※守秘義務厳守の上、適切に取扱いたします。匿名での掲載です。)



湯澤所長のつぶやき

自分を粗末にする人は、人を粗末にします
 自分を愛する人は、人を愛することが出来ます
 自分が嫌いな人は、人に愚痴ばかりこぼします
 自分が好きな人は、自分を伸ばします。



みなさんはこのつぶやきを読んで何を思い、感じましたか？
 思い、感じた事を、周りの人や大切な人とシェアリングしてみましょう。

今月の 研究所 推薦 図書

ユング心理学からみた - 子どもの深層
 秋山さと子 著 海鳴社

子どもの心を少しでも知ることで、ただ本能的な愛情からではなく、子どもたちとほんとうの意味で共感し、わかり合い、愛し合って、その一人一人のすこやかな成長を見守る。心の育児書。育児中の方もこれからの方も是非読んで欲しい一冊。



心の法則 ワンポイント

イメージング・タイム

あなたが習慣的にイメージング・タイムを設けているかいないかで、願望実現の度合いは大きく違ってきます。

ジョセフ・マーフィー（思想家）



自分がなりたい姿を、具体的に描いて心にしみこませよう。最初は漠然としていても、そのイメージを常に描き続けられれば、そうなることが当たり前のように思え、心の中に刻まれる。どんな高性能なカーナビでも目的地を入力しなければ機能しないのと同様に、無限大の可能性を持つ私達の脳も目的をインプットしなければ意味がありません。みなさんは毎日どんなイメージを持ち続けていますか？



メンタルヘルス総合研究所 認定心理カウンセラー紹介

研究so認定
 心理カウンセラー **小澤ゆかり** さん

わたしがメンタルヘルス研究所を訪れたのは、10 数年前... 家族のカウンセリングに付き添って訪れました。その後、家族は健康を取り戻すことが出来ました。カウンセリングの素晴らしさを感じ、わたしは、心理学を学び始めたのです。学ぶ中で、自分の経験も、他の方のお役に立つためにあったのだ。と思うようになりました。心身が疲れたり、つらさを感じた時、カウンセリングで、心の荷物を軽くしましょう。カウンセラーとして、あなたの新しい一歩を踏み出すお手伝いが出来たらと思っています。

プロフィール

茨城県鉾田市生まれ。現在は埼玉県在住。

趣味はハイキングと家庭菜園。

研究所で学び子育てやコミュニケーションの

あり方などを見つめ直すことができた。

小学校で学習支援の仕事を経て現在、

相談員として勤務。

「悩みには宝が隠されている」がモットー。



認定心理カウンセラー
小澤ゆかり さん

カウンセラー養成講座を振り返って 狩野 誠

今日の講座でも“カウンセラーは黒子”といった言葉を所長は話されていました。今まで何度も講座の中で耳にしていたのですが今回は特別胸に残ったように思います。と言うのも、振り返ると最近カウンセラーとして自立する為に早く知識を身に付けよう！早く力を身に付けよう！そんな思いにとらわれ過ぎていました。要するにどこへ行っても舐められないよう自分を大きく見せようと考えてしまっていたのですが、それだと“カウンセラーは黒子”主役はクライアントという考えとは真逆の考えになっていると気づかされたからです。この考えの真意について再認識出来た事で自分に向けていたプレッシャーを少し軽くでき、楽になりました。 振り返りより



狩野 誠さん

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

QR Code

