



2022年 8月の教室案内

心理学教室 ㉔ < 研究所 >	8月13日(土) 13:00 ~ 14:30
心理学教室 ㉕ < 研究所 >	8月13日(土) 14:45 ~ 16:15
初級カウンセラー養成講座 ㉖ < 研究所 >	8月06日(土) 10:00 ~ 16:00
中級カウンセラー養成講座 ㉗ < 研究所 >	8月15日(月) 10:00 ~ 12:00
上級カウンセラー養成講座 ㉘ < 研究所 >	8月15日(月) 13:00 ~ 15:00
新・交流分析講座(初級) ㉙ < 研究所 >	8月14日(日) 10:00 ~ 12:00
新・交流分析講座(上級) ㉚ < 研究所 >	8月14日(日) 13:00 ~ 15:00
新・生命哲学講座(初級) ㉛ < 研究所 >	8月20日(土) 10:00 ~ 12:00
新・生命哲学講座(上級) ㉜ < 研究所 >	8月21日(日) 10:00 ~ 15:00
新・生活心理学講座 ㉝ < 研究所 >	8月27日(日) 10:00 ~ 12:00
新・講師育成講座 ㉞	8月20日(土) 13:00 ~ 15:00
新・SGEインカウンターガ-養成講座 ㉟ < 研究所 >	8月27日(日) 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。



湯澤所長のつづやき

自分をつかむ

そのままの自分を認めると安心できる。

自分が分かってくる。そして

自分をしっかりつかむことができる、

ありのままの自分が自分だから、それ以外の

自分はどこを探してもいやしない。



みなさんはこのつづやきを讀んで何を思い、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。

交流分析講座を振り返って 神宮隆宏

今回の交流分析講座では小澤先生が講師となってワークショップ形式で「相手を褒めよ」と「ありがとうという言葉」について勉強した。普段人を褒めたりありがとうという言葉を書き残してなかなか言わないが勉強を通じて褒められたりありがとうと言われると嬉しい気分になれるし感謝の気持ちが通わる事がわかった。言葉って大事なんだな〜と思った。

今月の 研究所 推薦図書

ユング心理学へのいざない—内なる世界への旅
秋山さと子(著) サイエンス社

夢解釈や箱庭療法などを題材に、ユング心理学の特に「無意識」と「元型」の理論の概略を初心者向けに易しく説明しています。また、夢のシンボルをまとめた後半部は、実際の夢判断の際に参考になります。ユング心理学を分かりやすく理解する助けになる一冊です。

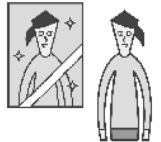


心の法則 ワンポイント

人間は心の姿勢を変えることによって人生を変えることができる
これこそが、私の世代の成し得た最大の発見である

—ウィリアム・ジェームズ(アメリカ心理学者)—

“ポジティブ思考”がアメリカでの成功者のキーワードと言われている。後ろ向きな“ネガティブ思考”は、車をバックギアに入れたままで前進しようとする事と同じだ。自信に満ちている時と不安に思っている時では、スポーツの世界にせよビジネスの世界にせよ、結果に大きな差が出るのは当然のこと。人生は心の姿勢の小さな違いが大きな違いとなって確実に自分に返ってくる。心の姿勢を常に見直し、前向き思考で有意義な人生を切り開いていきたい。



メンタルヘルス総合研究所 認定心理カウンセラー紹介

研究所認定
心理カウンセラー **栗田 駿介** さん

皆様はじめまして。栗田駿介と申します。突然ですが「いのち」ってどこにあると思いますか？私は子供の頃から時間を大切にしてきました。一般的には Time is money(時は金なり)とよく言いますが、私は Time is life(時はいのちなり)と定義づけています。“今”をどう過ごす、どう使うかと言う事は、自分の“いのち”をどう使うかという事だと思います。今年に入って「やり甲斐、生き甲斐」について考えたことがありました。仕事をしてもやり甲斐を感じないし、生活するために働いているだけでまいち物足りない。そんな時ふと思いました。「誰かのために時間を使ってこそ“生き甲斐、やり甲斐”って感じるものじゃないか？」と。誰かのために“時間”を使う。つまり、誰かのために“いのち”を使う。

「いのちをつかう」「命を使う」「使命」

私はこの「いのち」を「あなたが成長するために使う事」が使命だと思っています。また、あなたのために“いのち”を懸ける事が“愛”なんだと気がつきました。ただ私自身もまだまだ未熟者。あなたが成長するために大事な何かを教えるなんていうことはできません。でもあなたが自分自身で大事な何かに気づくことの力になることはできるかと思っています。私が好きな禅語に「明珠在掌(みょうじゅたなごころにあり)」という言葉があります。「大事な宝物はあなたの手のひらの中にありますよ」と言う意味です。外にあるだろうと探し求めている大事な何かは、実は自分自身の中にあると思います。それを共に見つけ共に喜び共に成長させていただければと思います。沢山の方と共に成長できる日を楽しみにしています。



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

QRコード対応の端末で読み取るとHP閲覧や申し込みの作成が簡単に行えます

