



2023年7月の教室案内

Table with 4 columns: Course Name, Date, Time, and Instructor. Includes courses like Psychology Classroom, Counselor Training, and Life Psychology Lecture.

※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。

心の法則 ワンポイント

釣れないときは魚が考える時間を 与えてくれたと思えばいい

ヘミングウェイ (作家)



うまくいかない時、失敗ばかりの時、ゆっくりと自分を見つめ直す時間を持つようにしよう。



認定講師紹介

生活心理学講座 担当講師

Takahashi Takehiko 高橋 尊彦



- 講師あいさつ -

人生 100 歳時代といわれる今日、食事、トイレ、入浴、散歩など身近な生活習慣を自分の手で...

毎日の基本的ノルマとして

- ① 一日六千歩 (約一時間) 以上を目標に。
② 丹田呼吸法 深い深呼吸ですが、息を吐き空にした状態から<気 (息)> を体内に 10 秒かけて...

横文字に非常に弱い自分が、突然心理学の勉強を 6 年前から始めることになりなかなか理解できない状況下の 2 年前、認定心理カウンセラーの資格を取得することができました。

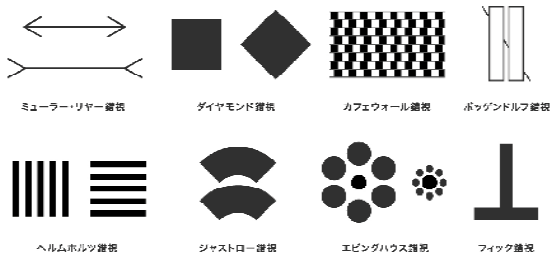
長きにわたり官公庁に勤務され地域に若い方からお年寄りにいたるまで、思いやりのある優しい相談員として活躍。地域の皆さんに慕われ、歴史ある「廻り歌舞伎」の舞台役員としても活躍されています。

湯澤所長



湯澤所長のつがやき

錯視図形から考える心理学



上記の図は世界的に有名な代表的な錯視図形です。同じ長さや形のものが並べ方や周りにある物によって全く違って見えてしまうという図です。

今月の 研究所 推薦 図書

パブロフの犬 : 実験でたどる心理学の歴史

アダム・ハート=デイヴィス (著), 山崎正浩 (翻訳) 創元社

「心理学ってどうしたものなの?」「どんな歴史から成り立っているの?」こうした疑問を解決するのにオススメの 1 冊です。



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

