

Wキャストで学ぶアドラー心理学

# 『ELM勇気づけ勉強会』



モーリー



ゆきさん

“生き方のソムリエモーリー”盛矢澄香と、“幸せ力UPを目指す”神崎由起子のWキャストで、様々な角度からサポートいたします。

「勇気づけ」とは困難を克服する活力を与えること。

共感し

**勇気づけ勉強会とは...**アドラー心理学をベースにした12のテーマから成り立っており、親子関係、夫婦関係、嫁しゅうと関係、職場の人間関係など対人関係全般をよりよくするための考え方を学びます。

愛して  
(応援し)

**どんなふうに勉強するの?...**勇気づけを学ぶ上で大切な12のテーマをペアやグループで意見をシェア(分かち合う)して進めます。1テーマを一時間弱で学びます。(開催時間でテーマ数は異なります)  
みんなで学び、日常で実践しまた振り返り、繰り返すことで数段早く上手に使えるようになります。  
1章完結型なので、どの回からでも参加いただけます。心理学ですが難しい講義ではありません。

勇気づけ

**■こんな方におすすめ...**日々の生活の中でこんなことはありませんか？

- ・イライラすることがよくある
- ・パートナーや子供につい当たってしまうことがある
- ・子供のことが心配で不安になってしまう、どう接したらいいかわからない
- ・自分の感情をコントロールすることが難しいことがある
- ・「もっと毎日笑顔でいたいのに...」と思う
- ・ビジネスの場面で、上司や部下、同僚、お客様との人間関係をもっとうまくやりたい...etc

自律へ

そんな悩みを抱える、自分を取り巻く人間関係をよりよくしたい、すべての方におススメです。あなたが元気になれば、パートナーも子供も、みんなが元気になります。あなたが笑顔になれば、みんなが笑顔になります。ご自分を、ご家族を、更には職場の人、自分に関わるすべての人を勇気づけてみませんか。

■日時: ①9月3日 ②10月1日 ③10月29日  
④11月26日 ⑤12月17日 ⑥1月7日  
⑦2月4日 ⑧3月4日 ⑨4月1日 ⑩4月22日  
⑪5月20日 ⑫6月17日  
全12日 月曜日 14:00~16:00(2H)

■場所: 安佐南区大塚付近を予定しております。  
お申込時にお知らせいたします。

\*10月以降 Café でレッスン予定。早目のランチ  
ミーティング(実費)も予定しています♪

■参加費: 1回/税込 2,700円  
半期払い(6回分)/税込 14,580円(1割引)  
全12回払い/税込 25,920円(2割引)

\*第1期~現在開催中 Morley の ELM 講座受講者の方は、そのまま継続カウントされますのでご安心ください。

■お申込方法: 株式会社 CUA(キュア)HP 講座申込ページ  
<http://www.cua214.jp/adler/index.html>  
もしくは、ゆきさん、モーリーへお申込連絡ください。

<勇気づけ 12章のテーマ>

- 第1章 さまざまな見方・考え方の存在を意識する
- 第2章 聴き上手になる
- 第3章 言い方を工夫しよう
- 第4章 感情と上手につきあう
- 第5章 自分のスタイルを明確にする
- 第6章 セルフ・トークを意識する
- 第7章 目的を意識する
- 第8章 自分の人生を引き受ける
- 第9章 自分のよさを再発見する
- 第10章 あたりまえの価値観を再認識する
- 第11章 物事を前向きに考える
- 第12章 勇気づけをする

ご希望の方は、全章修了後、リーダー認定講座受講ができます。(ヒューマンギルド認定トレーナー開催講座です)