

介護に関わる人のためのアドラー心理学

# 『ELM勇気づけ勉強会 vol. 2』



“生き方のソムリエモーター”盛矢澄香が、自分を大切にしながらケアを実践できる秘訣を12のテーマを通してお伝えします！

「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、職場の人間関係、親子関係、夫婦関係、嫁しゅうと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、ランダムでもご参加いただけます。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...**日々のお仕事の中でこんなことはありませんか？

- ・同僚やご利用者様にイライラすることがよくある
- ・部下につい当たってしまうことがある
- ・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、ご利用者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、同僚もご利用者様も、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、職場の人を、ご家族を、更にはご利用者様や自分に関わるすべての人を勇気づけてみませんか。

## ■日時

【第1章】3月5日【第2章】4月9日  
【第3章】5月7日【第4章】6月4日  
【第5章】7月9日【第6章】8月6日  
【第7章】9月10日【第8章】10月8日  
【第9章】11月5日【第10章】12月10日  
【第11章】1月7日【第12章】3月9日  
火曜日 18:30~20:30(2H) 全12回

## ■場所

リハビリデイサロン満天  
広島市南区松川町 6-19 第3佐野ビル 1F  
(広電比治山線「段原一丁目駅」から徒歩1分)

## ■参加費

1回/2,700円(税込)  
12回分(全期払い)/25,920円(税込)※2割引

## ■お申込方法

- ①裏面のお申込書にご記載の上 FAX
- ②村上宛(リハビリデイサロン満天の講座担当)に直接申込み

メール: [day-anju@ccv.ne.jp](mailto:day-anju@ccv.ne.jp)

電話: 070-5307-1576(直通)

## <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)

## <キャンセル料について>

申し込んだ講座をキャンセルされる場合は、キャンセル料が発生する場合がございます。

申し込み前に必ず下記をご確認ください。

- ・連絡なしの不参加: 受講料の100%
- ・開催当日キャンセル: 受講料の100%
- ・開催1~3日前のキャンセル: 受講料の50%
- ・それ以前のキャンセル: 無料