

ELM 勇気づけ勉強会 第13期



「自律した子どもを
育てたい」

「人間関係をもっと
上手にしたい」

「自分に自信を
持ちたい」

心理学に
興味がある

「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て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： ①2月16日 ②3月16日 ③4月13日
④5月25日 ⑤6月8日 ⑥7月13日
⑦8月3日 ⑧9月7日 ⑨10月5日
⑩11月2日 ⑪12月7日 ⑫1月11日

全12日 土曜日 10:00~12:00 (2H)

- 場所：広島市中区八丁堀1-8 エイトビル2F

Le・Reve 八丁堀

- 参加費：1回／税込2,700円

全12回払い／税込25,920円(2割引)

- お申込方法：

株式会社 CUA (キュア) 090-244-0059

HP 講座・セミナー申込ページ

<https://cua214.jp/categories/seminar/>

<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

*全章修了された方には受講証明書をお出しします。
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)ご自分で勉強会を開催することができます。
*第1期~現在開催中の講座(モーリー、もしくは各機関共催で)すべて振替可能です。受講カウント対象です。

*全章修了した方はリーダー認定特別講座受講で、リーダーとして講座が開催できます。

盛矢澄香/プロフィール

*アドラー心理学関係
アドラー心理学カウンセラー
SMILE リーダー
ELM リーダー/トレーナー
人起こし、組織起こしリーダー

その他、キャリアカウンセラー、
人材育成コンサルタント

