

# Rin café で『アドラー心理学』を学ぶ！

アドラー心理学 ELM トレーナー/アドラーマスタープラクティショナー  
心理カウンセラー/キャリアカウンセラー

生き方のソムリエ モーリーと学ぶアドラー心理学

## ELM 勇気づけ勉強会 第18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

愛して  
(応援し)

勇気づけ

自律へ

**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。

**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2時間でじっくり学ぶことで、「使える」を目指します。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。

**■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

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：全 12 回 月 1 回 月曜日 14:00~16:00(2H)

第1章 2月17日 第2章 3月16日 第3章 4月20日  
第4章 5月18日 第5章 6月15日 第6章 7月20日  
第7章 8月17日 第8章 9月14日 第9章 10月19日  
第10章 11月16日 第11章 12月21日 第12章 1月18日

■場所：Rin\*café(リンカフェ) リアライブ高陽 1F

広島市安佐北区真亀1丁目1-8

\*自家焙煎珈琲やドリンクを飲みながら学びます。

■参加費：1回/税込 2,750 円+ワンドリンク (実費)

\*全 12 回払い/税込 30,250 円 (1 回分無料)

■お申込方法：

Rin café TEL082-824-8166

株式会社 CUA mail：[sumika@eg7.so-net.ne.jp](mailto:sumika@eg7.so-net.ne.jp)

HP 講座申込ページ：<http://cua214.jp>

### 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 リーダー人起こし、組織起こしリーダー  
ELM リーダー/トレーナー  
アドラー心理学マスタープラクティショナー その他、  
キャリアカウンセラー、人材育成  
コンサルタント



### <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~現在開催中モーリーの講座受講中の方は、受講カウント対象です。

\*再受講料:1,650 円(税込)

\*他会場でモーリー開催講座への振替も可能です。