

ゆるゆる学ぶ

ほんものの心理学

「一度心理学を学んでみたかった」人へ

この講座は「全4回で一つの物語」構成となっています。

第1回では「傾聴」「会話のくせ」を広く捉えて、コミュニケーションの基本的構成と“聴く”テクニックを学びます。

第2回は第1回での“聴く”から、人の発言や表現、モノゴトの受け取り方などの“感覚”について学びます。

認知行動療法の**第3回目**では、“どうして出来ない？”“苦手行動”の講座です。“聴く”“感覚”を以って、論理的に自分や人の“行動”について考えます。

そして最終回の**第4回目**には、今まで学んだ「聴く」「感覚」「行動」を使って得た情報を、ストレスなく“表現する”ことを学びます。

全回、クスツと笑えて、心の機微がよくわかる「心理学三題噺」付き。

全ての講座は一回ごとに完結ですので、一回のみの参加も大歓迎。けれど、

全4回を学ぶ事で見えてくる人の『心理』の“ああ、そうか！！”があります。

是非、全回**コンプリート**してみてください。
(今回難しい場合、次クールでの代講も可能です。)



講師： マエダリエコ。

(臨床心理カウンセラー)

都内大学病院、学校などでの心理ケア担当。
夫婦、思春期、個人、不登校や発達障害児等の
心理カウンセリングを専門とする。
開業以来10年間、医師からの推薦と口コミのみで、
予約は毎月いっぱいとなっている。
のんびりした雰囲気でありながら、優しく
論理的なカウンセリングは、女性や子供に大人気。



↑お申し込みはこちらから↑
または
info@mofmof.co.jp まで

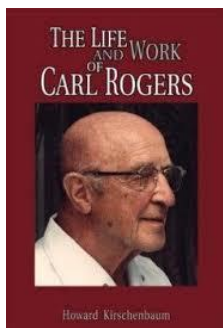
会場： Gallery & Café 64Chabu) 東京都杉並区天沼 3-26-14

荻窪駅北口徒歩3分。北口を出て、ブックオフ左手に見て、脇の教会通りを進む。
スター餃子手前の小さな古民家風カフェです。(当日問い合わせ:080-4632-7500)

gallery
& space
65 chabu.

講義内容

心理学講座、Q&A、三題噺と食事付き懇親会（全2時間半）



第1回 来談者中心療法（ロジャース）と会話の技術

（2016/11/13(Sun) 14:00~ 又は 11/24(Thu) 18:30~）カウンセリングの中心にあるのはクライアント。人と話をするときの様々なケースを心理カウンセリングの大家、カール・ロジャースの「来談者中心療法」用いて、わかりやすく学びます。カウンセリングテクニックの「傾聴」についてや、言葉の効果や、**場面に応じた会話の運び方**なども取り入れます。接客やサービス業、営業職の方はぜひ。三題噺は『**カウンセリング/ネットショッピング/デート**』

第2回 五感と語感と第六感～NLP～

（2016/12/11(Sun) 14:00~ 又は 12/22(Thu) 18:30~）「**コミュニケーション**」とよく聞きますが、それは**一体何なのか**をきちんと説明。さらに日常使うコミュニケーションツールとその上手な使い方を心理学的理解と共に学びます。コミュニケーションの本質。男女の違い、恋愛の掟のなぜ?なども。三題噺は『**占い/医療/嘘つき**』



第3回 認知行動療法とダイエットの仕組み



（2017/1/15(Sun) 14:00~ 又は 1/26(Thu) 18:30~）誰もが気になる「**ダイエット**」。ダイエットって出来ないものなのです。その理由をきちんと理解して、自分のストレスを軽減し、ダイエットについて学びましょう。その他、しつけとは（アドラーにも触れます）、すぐ飽きる人のお話など。三題噺は『**断捨離/リラックス/嫌いな人**』

第4回 アサーションと日本人

（2017/2/19(Sun) 14:00~ 又は 2/23(Thu) 18:30~）人に正しく気を使うことが出来る人。自分に自信を持ち、きちんと意見を述べられる大人。そんな人になりたいと誰もが思います。正しい大人、を心理学で解説。理解することから始まるアサーション。日常生活で知らずに力が入りすぎてどっと疲れてしまう方、ぜひご参加ください。三題噺は『**正論/自慢/日本円**』



持ち物： 筆記用具、自分のノート、書類の入るバッグ（当日 A4 サイズのクリアファイル入資料を配布。） 注：）アレルギーなどがある方は、講義の一週間前までにご連絡ください。

～こんな方にオススメです～

コーチング系は苦手な方、営業で雑談力を伸ばしたい方、接客ストレスの軽減をしたい方、
コーチングの出来上がる裏側を知りたい方、人事担当者、サービス業、
人間関係に興味ある方、気を使いすぎて疲れちゃいがちな方・・・など