

全8回

アドラー心理学で学ぶ コミュニケーション実践講座

講座内容

9/24

アドラー心理学とは？
～人との違いを知ることから始めよう～

10/1

コミュニケーションの土台をつくる
～聴く・伝える・感情との付き合い方～

10/8

自分とのコミュニケーション
～目的に気づき、自分らしい選択へ～

10/15

自分らしい生き方を見つめる
～アドラー心理学で悩みを読みとく～

10/22

「できている」に目を向ける
～前向きな見方を育てよう～

10/29

勇気づけを日常へ
～これからのコミュニケーションに活かす～

11/5

自主学習
これまでの学びの振り返り

11/12

香りで整える私のセルフケア
～はじめてのアロマセラピーとサシェづくり～

講師紹介

第1,4,6回 番澤清美さん：ヒューマン・ギルド 総合ファシリテーター

第2,3,5回 大河千賀子さん：ヒューマン・ギルド ファシリテーター

第7回 スタッフ

第8回 木坂くみ子さん：NARD JAPAN 認定 アロマ・トレーナー

日時 9月24日～11月12日 全木曜日 午前10時～正午

対象 講座に興味のある方 ※三鷹市在住・在勤の方優先

定員 25人（内、保育付きは15人）

お申込み 8月17日（月）～9月3日（木）
右記申込フォームより、お申込みください。 ※申し込み者多数の場合は抽選。
抽選結果は9月8日（火）までにメールまたは電話で通知いたします

保育 満1歳から未就学児（内、1歳児の受け入れは6人まで）
※講座初回目9/24（木）に満1歳になっているお子さんが対象となります。
※保育付きの方は9月17日（木）の保育オリエンテーションに必ずご参加ください。
また、11月19日（木）に保育懇談会があります。

材料費 600円 ※第8回目のアロマの回にてサシェづくりをします。
講座初回日に実費にて徴収します。

申込フォームは
こちらから！

