

あったかネットセミナー

トータル・カウンセリング・スクール

じっくり学ぶ
月1回
コース

自己肯定感と 本当の自信

「そのままでもいい」と思える自分づくり

「〇〇ができるから私はOK」「〇〇があれば、もっと素敵になるのに」気づかないうちに自分自身をスキルや持ち物で評価していることに気づかされます。この終わりのない自分磨きに別れを告げて、「心から喜んで毎日を過ごしたい」と思いませんか？

このセミナーでは、その鍵を握る「自己肯定感」をどのようにして育むのか学び、体得します。



金藤 晃一

2020~2021
〈夜の部〉

9/17 (木) スタート

PM7:00~8:30

10/15、11/19、12/10、
2021年1/21、2/18、3/18、
4/15 (全8回)

各定員
30名

インターネットによる新セミナー
始まります!

パソコンやスマホを使うのが自信がない方もご安心下さい。TCSの専門スタッフが電話又はメールにて対応させていただきます。

〈午前の部〉

9/19 (土) スタート

AM10:30~12:00

10/17、11/21、12/12、
2021年1/23、2/20、3/20、4/17 (全8回)



田中 信生

受講料：35,000円 (入金方法詳細は申込み後にお知らせ致します。)

受講対象：心の世界に興味のある19歳以上の方

申込方法：午前の部または夜の部をお選びいただき、裏面の申込み先へお申込み下さい。

申込締切：2020年9月10日(木)17:00まで

こんな方にオススメです!

- 「どうしていつも自分はこうなんだろう」とよく思う
- 「どうせ、自分なんか」が口癖
- ふと気づくと自分を責めている
- つい人と自分を比べて落ち込んでしまう

「私はこれでいい」「この私こそいいのだ」と心と体の底から納得できる内容です。この体験があなたの毎日に喜びをもたらします。セミナーでぜひ、ご一緒しましょう!



宮國 泰斗

日時 (木)19:00~20:30 (土)10:30~12:00	テーマ	講師	内容
2020年 9/17(木) 19(土)	自己肯定感の特徴①	金藤晃一	・自己肯定感を持っている人の特徴 ・自分のbeingを大切にすること ・「自信がほしい」現代人の叫び
10/15(木) 17(土)	自己肯定感と自分を豊かにする	田中信生	・なぜ現代人は自己肯定感を持たずにいるのか ・“一元に生きる”と自己肯定感
11/19(木) 21(土)	自己肯定感の特徴② doing being	金藤晃一	・どうしたら自己肯定感を持てるのか ・加点法アプローチ ・自分のbeingに目覚め、being的自信に目覚める
12/10(木) 12(土)	自己肯定感と自分を責める声からの解放①	金藤晃一	・自分を責めることをやめれば自信は自然に生まれる ・心の裏読みをやめる
2021年 1/21(木) 23(土)	自己肯定感と自分を責める声からの解放②	金藤晃一	・マイナス化思考をやめる ・「変わることはない」と目覚めると変わる
2/18(木) 20(土)	自己肯定感を豊かにする自分ミーティング	宮國泰斗	・「あなたを振り返るワーク」 過去、現在、将来の自分自身の自己一致を通して自己肯定感を高めていくワーク
3/18(木) 20(土)	感情のケア①	宮國泰斗	・自分の感情を味わうと本当の自信が生まれる、その深みを味わうワーク
4/15(木) 17(土)	感情のケア②	宮國泰斗	〃

〈主催・お申込み先〉

あったかネットセミナー「自己肯定感と本当の自信」参加、受講日、氏名、電話番号、年齢、性別を明記し、Eメールもしくは、ホームページからお申込み下さい。

●TCSホームページ <http://www.e-tcs.com>

●e-mail info@e-tcs.com

トータル・カウンセリング・スクール(TCS)事務局
〒992-0045 山形県米沢市中央3-5-12
TEL.0238(23)6439 FAX.0238(23)6440

〈TCS e-mailアドレス〉



疑問や質問などお気軽に電話又はメールにてご連絡下さい♪

お申込み後のキャンセル

- 開始日前
手数料1000円を差し引いて返金
- 開始日後
半額を返金