

2018年 7月13日(金)～10月19日(金)

## 米沢 人間関係に役立つカウンセリング エキスパート

「その人の人間関係は、その人の無意識である」という言葉があります。自分との関係が豊かになると他者との関係は自ずと豊かになります。

このエキスパートコースでは、“自尊心”をキーワードに、“自分を尊ぶ心”が他者を尊ぶコミュニケーションを生み出すことを学びます。お互いがもたれ合わずに高め合う、より成熟した人間関係を目指します。

あなた様とお会いできる事を心より楽しみにしております。



### スケジュール (予定)

回数	2018年	テーマ	内容
1	7月13日	自尊心と他尊心	自尊心を育むことで人を尊重することができる
2	7月27日	自尊心を育むアクション① 感情に寄りそうかかわり方	相手を尊重した言葉がけの方法 相手の気持ちを汲むための関わり方
3	8月10日	beingが喜ぶコミュニケーション	beingに働きかけるコミュニケーションの心構え
4	8月17日	自尊心を育むアクション② beingを活かすコミュニケーション	being (存在) に目を向けたコミュニケーションのために
5	8月31日	コミュニケーションの距離感覚① 宝を見いだすミラクルエスジョン	自立と孤立の違い。自尊心が自立を促していく。
6	9月14日	自己受容と人間関係	人間関係を豊かにする上での自己受容の大切さ
7	9月28日	関わらない関わり方	全く関わらないのではなく、関わりすぎているところから上手に手を引いていく
8	10月19日	コミュニケーションの距離感覚②	他人と自分の関係の境界線のあり方 自分の中にある宝を見い出すための質問

### 受講生の声

“依存心の強い人に対して「自立しろ」という言葉は、「死ね」と言われるほどのインパクトがある”という言葉に、自分が子どもに対し、就職への備えについて間違ったメッセージを与えていたのではないかと思われました。依存と自立の間に自尊心という橋を架けるのだということは、私にとって知恵の言葉でした。(T. N・男性)

今、娘と「関わらない関わり方」に向かって努力しているところです。バウンダリーを引くことで「冷たい」と言われることもあるかもしれませんが、一歩踏み出せそうな気がしてきました。

(K. M・女性)

■時 間 金曜日 全8回 午前10:30～午後12:30

■講 師 金藤晃一 田中信生 宮國泰斗

■受講料 35,000円 (当日ご持参ください。)

■対象者 TCSのセミナーを1回以上修了された方。

※対象でない方はお問い合わせください。(0238-23-6439)

■会 場 米沢興譲教会