

循環の

～ [自分とつながる] ことから始まる ～



コミュニケーション講座

2015年 前期 全6回 18時間



場所: メセナひらかた会館 (京阪「枚方市」北へ 徒歩7分) ほか

人と人がつながり 生活していくとき・・・ コミュニケーションが欠かせません。
でも昔から人とかかわるとき、どうしても[相手のペース] に合わせようとしてしまう。
[ほんとうの自分の気持ち] を知りながら、そういった関係を繰り返していくうちに、
とうとう自分のことまでもわからなくなってしまう。 そんなご経験 ありませんか？

当 循環のコミュニケーション講座 では、少人数にて 日々の自分の周りの人
とのコミュニケーションをより [心地良く] するための感覚を探っていきます。

約2週間おきの 6回の講座の 初回は [自分とつながる] ことから。

自分にしかわからない、自分だけの感覚 を 軸 に 据えて、同じような思いを
持つ仲間とサポートし合いながら、より良い日々のありかた を見つけていきます。

*6回の日程(基本:土日祝)は受講希望者のご都合を調整の上決めていきます(4月～6月)

<日程&カリキュラム>

各回13:30 ～ 16:30

- | | | |
|-----|---------|----------------------------|
| 第1回 | 4/(土日祝) | 表面意識と深層意識 / 思考、感覚、感情など |
| 第2回 | 4/(土日祝) | ‘話し手’、‘聞き手’と‘オブザーバー’の視点 |
| 第3回 | 5/(土日祝) | すべての答えは目の前の相手の中にある |
| 第4回 | 5/(土日祝) | ‘自分の思っていること’ & ‘相手に伝えたいこと’ |
| 第5回 | 6/(土日祝) | 実際に使えるアプローチ方法のいろいろ |
| 第6回 | 6/(土日祝) | コミュニケーション実習 |

【こんな方にお勧め】

- ・自分を大切にしつつ 人とかがわる感覚を身につけたい方
- ・今までの自分の思考や価値観、物の捉え方を整理したい方
- ・普段、家族や周りの人を精神的にサポートする立場の方
- ・NPO の仲間と 施設への傾聴ボランティアに参加したい方
- ・将来的に 傾聴カウンセラー などプロを目指している方



【講師プロフィール】

辻野 忠

ヒーリング・セラピー
Office CHU 代表
ひらかたハートセラピー
協会 代表

10年間の電機メーカーでの勤務の後、2000年にセラピーの個人事務所を設立。自らのうつ経験を生かし、心理カウンセリングや感情のセラピーを数多くのクライアントと体験。2006年末からNPO活動に加わり、セラピーをまちづくりに生かす活動をしている。

注: ご都合により '最大2回まで' 欠席可能です。 ⇒ 次期講座の同じ回を無料にて受講できます。

【個別説明随時受付中!】 ひらかた & 北河内 周辺のお近くの場合まで、講座内容のご説明に伺います。以下連絡先まで、お気軽にお問い合わせ下さい!

申込・お問合せ先

ひらかたハートセラピー協会

📞 **072-845-5990**
chu@hiraheart.com



お問合せ & お申込用
QRコード
(説明会 & 講座情報付)

【お申込み詳細】

参加費: ¥33,000(税込) 6回分
*振込先をお知らせします。

*早割: 3/20迄にお振込頂ける方は ¥30,000!

定員: 3名(最少)~12名 *申込先着順

お申込一次切: 3月末

主催: ひらかたハートセラピー協会

〒573-0158 大阪府枚方市藤阪西町 2-5-503

弊団体の概要・活動等については、↓をご覧ください。

<http://jpta-osaka.jimdo.com/>

場所: メセナひらかた会館 ほか
京阪枚方市(京橋から特急15分) 中央改札下車
北へ 徒歩約7分 072(843)5551

