

昨年大好評講座
今年も開催!

パーティ キャリア塾Ⅱ

仕事に生かす! アドラー心理学 講座

日時

① 2018年 1月20日(土) ② 1月27日(土)
10:00 ~ 15:00 (全2回)

自分も相手も認める「勇気づけ」で、対人関係がラクになる!
元気に働くコツを学びます!

保育
あり

- ◆起きてしまったことの原因追究ではなく、
未来へ目を向ける「目的論」で問題を解決しよう。
- ◆信頼を築くコミュニケーションの心構え
「聴く」・「話す」スキルを身につけよう。
- ◆「イライラや怒りなどの感情」をコントロール。
ありのままの自分を認め、前向きに物事をとらえるには?
- ◆自分の考え方や物事のとりえ方など、
「自分の癖」から自由になろう。
- ◆まず、自分の心に優しい言葉をかけてみよう。
- ◆勇気づけで自信がつく! 幸せ感アップ!



◆講師 アドラー心理学 勇気づけリーダー 産業カウンセラー 北村 優子

※アドラー心理学とは、20世紀初頭にオーストリアの心理学者アルフレッド・アドラーが提唱した、「ほめる」よりも伸びる「勇気づけ」を特徴とした心理学のこと。

- 場 所 : パルティ とちぎ男女共同参画センター
- 対 象 : 2日間とも受講可能な女性
- 受 講 料 : 4,000円
- 保 育 : 満1歳以上の未就学児(1回保育料200円)
- 申込締切 : 12月12日(火)
- 定 員 : 25名

(定員を超えるお申込みの場合は抽選となります。締切日から1週間ほどで抽選結果を郵送します。)

●お問合せ・お申込みは 電話、ファックス、ホームページから

パーティ とちぎ男女共同参画センター(月曜・祝日休館)

〒320-0011 宇都宮市野沢町4-1(公財)とちぎ男女共同参画財団

電話: 028-665-7706 (お問い合わせ時間 午前9時~午後5時)

FAX: 028-665-7722 HP: <http://www.parti.jp/>

携帯電話からのお申込みはコチラ↓



平成28年度受講者の主な感想

- ・仕事に生かせるヒントを得ることができた。
- ・とにかく楽しい二日間！一緒に学んだ仲間がたくさん刺激を受け、多くの学びを得ることが出来た。
- ・特に気になっていた「イライラの対処法」を知ることが出来た。
- ・自分が変わることで行き詰った考えを解消できると知り、気持ちが楽になった。自分が発信することで周りの状況も変わるかもしれないと、前向きな気持ちになれた。
- ・いろいろな人と出会い、コミュニケーションの大切さや考えをシェアすることの大切さを学んだ。
- ・人とのかかわりを大切に、良いコミュニケーションで、良い人間関係を築いていきたい。

講師プロフィール

◆アドラー心理学 勇気づけリーダー 産業カウンセラー 北村 優子 (きたむら ゆうこ)

大学・大学院を卒業後、日本国内外で約15年教員として働く。派遣されていた海外で第1子を出産。その後職場に復帰するも、仕事と子育ての両立に悩み、頑張りすぎてヘトヘトに。仕事でも家庭生活でも焦りや孤独を感じる中、元々学んでいた心理学やカウンセリングに救われる。自身の体験から、キャリアを持つ女性や子育て中の母親に対するサポートの必要性を感じ、カウンセリングなどを本格的に学び始めるとともに、自分自身のキャリアについても向き合う。現在は、アドラー心理学やアサーションのセミナー、女性のためのカウンセリング、大学でのコミュニケーション授業などを実施している。



携帯電話からの
お申込みはこちら→



H29パーティキャリア塾II 仕事に生かす！アドラー心理学講座 FAX:028-665-7722		
① ふりがな		③ 昭和・平成 生年 年生まれ
② お名前		
④ パルティ講座へのお申込みは	初めて	以前にもある
⑤ ご住所 (必須)	〒 _____	
⑥ お電話 (必須)	_____	_____
⑦ 携帯	(一時保育利用の場合必須) _____	
⑧ FAX	_____	_____

⑨ 一時保育 (○で囲んでください)	一時保育を 【 希望する ・ 希望しない 】
	●希望する方はお子さんの人数とお名前・年齢を記入ください … 人数: _____ 人
(ふりがな) お名前	年齢・月齢・性別 : _____ 歳 _____ 月 (性別: _____) 生年月日: 平成 _____ 年 _____ 月 _____ 日
(ふりがな) お名前	年齢・月齢・性別 : _____ 歳 _____ 月 (性別: _____) 生年月日: 平成 _____ 年 _____ 月 _____ 日
その他	

※申込時にいただいた個人情報は講座に関するご連絡やセミナーのご案内以外の目的には使用いたしません