

カウンセリング入門講座

聴く効く傾聴の理論と実践

第1部 聴く効くカウンセリング入門講座

第2部 聴く効く傾聴実習

講師：清水 英之

2018年 **3**月 **24**日(土)

午後14時～17時、受講料／1000円（終了後懇親会費を含む）

会場 阿佐谷ワークショップ（下記地図参照）定員20名

お申し込み先：トラスト生涯学習センター

〒422-8067 静岡市駿河区南町5-3 ビラ・フィオレ305

TEL&FAX 054-287-6611

E-mail hshimizu@tranzas.ne.jp

第1部「聴く効くカウンセリング入門講座」

私たちが病気になる原因とその症状について心理学および医学的観点から理解したいと思います。肩こり、頭痛から鬱病まで、様々な症状は自律神経失調症に含まれます。我々が自律神経を乱す原因は、そのほとんどが人間関係に起因する心身のストレスと言っても過言ではありません。ここでは、人間関係を改善し病気を癒す「聴く効くカウンセリング」の理論について解説します。

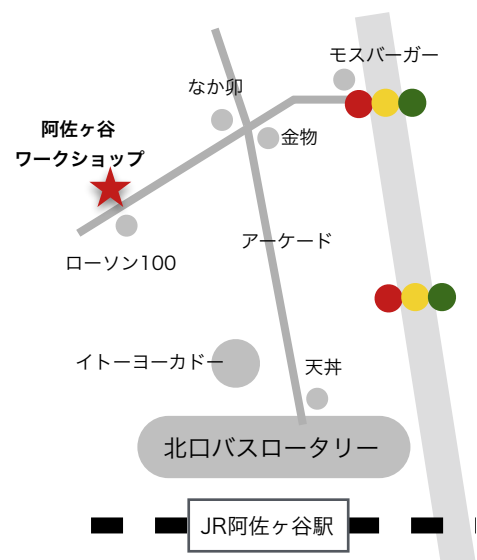


●清水英之（しみずひでゆき）●栃木県足利市出身。学習院大学大学院博士課程単位取得退学（文学修士）。専門研究分野：英語教育、イギリスの詩、日英比較文化、異文化間コミュニケーション。カウンセリング経歴：厚生労働大臣認定中級産業カウンセラー、公益財団法人「介護労働安定センター」専属メンタルヘルス講師。職歴：元静岡英和学院大学教授（2010年3月末退職）。現在：トラスト生涯学習センター所長、学習院女子大学非常勤講師。

職歴：元静岡英和学院大学教授（2010年3月末退職）。現在：トラスト生涯学習センター所長、学習院女子大学非常勤講師。

第2部「聴く効く傾聴実習」

第2部では「聴く効くカウンセリング」を実践的に学びます。「傾聴」の三つのパターンを参加者に体験していただき、傾聴の技術を身につけましょう。さらに、腹式呼吸を実習し、副交感神経の活性化による自律神経失調症改善法を身につけましょう。



NPO法人 阿佐谷ワークショップ

杉並区阿佐谷北2-15-4 大和阿佐谷ビル2F tel 03-5356-7438

mail aws2154daiwa@asagayaworkshop.com

homepage <http://asagayaworkshop.com>