

# At ほーむリスニング講座

(傾聴入門講座)



内 容 内 容

- ◆傾聴のスキル
- ◆コミュニケーションとは
- ◆心の仕組み(交流分析では)
- ◆勇気づけ
- ◆傾聴の実践

## カウンセリングマインドとは

心理のプロではない方が、**カウンセリングのスキルを日常生活に役に立てよう試みること**

プロのようにスキルをマスターしなければ！と頑張らない傾聴です。

「とにかく我慢して聴くことが傾聴上手。」と思い込んでいませんか？

この講座は「まず、自分に優しく。」がテーマです。

まず、リラクスの呼吸法と自己肯定感を高める心理的技法で自分に優しく。

そして、心の仕組みと働きを知ると、心に何が起きているか自分で気が付くことができます。

自分にも優しい傾聴、親しい間柄方との傾聴の方法と一緒に学びましょう。

この講座は毎月開講します  
ご都合に合わせて  
傾聴力UP

あなたの元気をお手伝い  
主催・カウンセリングルーム  
けやき館

地図は裏面です

月 日	2015年	3月28日(土)・4月25日(土)
(予定)		5月23日(土)・6月27日(土)
時 間	理論 13:00 ~14:00	演習 14:10~15:30
場 所	カウンセリングルームけやき館ワークルーム	
参加費	初回 3,000円	2回目以降 2,000円
講 師	佐藤 美佐子 カウンセリングルームけやき館カウンセラー	
お申込み	カウンセリング・ルームけやき館	
	Tel: Fax : 022-341-6926	
	Email: <a href="mailto:keyakikan329@gmail.com">keyakikan329@gmail.com</a>	
	HP: <a href="http://comisasroom.jp/">http://comisasroom.jp/</a>	

## カウンセリング・ルーム けやき館

全国心理業連合会認定相談機関

仙台市青葉区昭和町 3-15

材°サ 北仙台329号室

(仙台北警察署となり)

電話 Fax: 022-341-6926

(電話受付時間 火~土 10:00~17:00)

Email: [keyakikan329@gmail.com](mailto:keyakikan329@gmail.com)

HP: <http://comisasroom.jp/>

ホームページからもお申込みできます

### 周辺図



※契約駐車場はございません。ネオプラザ有料駐車場または近隣の有料駐車場をご利用ください。