

日本ケア・カウンセリング協会主催
札幌市・札幌学院大学社会連携センター後援

市民の為のケア・カウンセリング講座

～ 仕事や人間関係のストレスに負けない為に！～

<はじめに>

現代人は、仕事や生活に多様なストレスを抱えています。助けとなるはずの職場や地域の人間関係が、逆にストレスになっていることもあるでしょう。日本ケア・カウンセリング協会では市民の皆さんのメンタルヘルスの向上を目指したケア・カウンセリング講演会を行います。受講資格はありません。ベテランの講師がわかりやすくお話しします！

日 時： 2012年3月より6回、下記の金曜日 18:30～20:20

会 場： 札幌学院大学社会連携センター・講義室

講 師： 品川博二 日本ケア・カウンセリング協会代表理事/臨床心理士

参加費： 1000円(当日お支払いください)

<プログラム> (単発での受講も可能です)

- 第1回 3月16日 (1)コミュニケーションとは？
- 第2回 4月20日 (2)自己表現タイプを検討する
- 第3回 6月22日 (3)不安と孤独とに付き合う。
- 第4回 8月 3日 (4)「思い込み」から離脱する！
- 第5回 10月12日 (5)相手の「痛み」を受けとめる
- 第6回 11月30日 (6)人間関係を元気にする



<お問い合わせ・申込先>

NPO法人 日本ケア・カウンセリング協会

〒112-0013 東京都文京区音羽 1-6-8 音羽小峰マンションズ 1F

TEL/FAX : 03-6912-2605 E mail : npo-jcca@npjcca.org

* 北海道支部連絡先 TEL/FAX 011-642-5475 (留守番電話対応)



<メールマガジン登録のおすすめ>

品川博二著書「シナダス」からの一節に著作者のコメントを沿え、研修案内やキャンペーン情報などをメールでお知らせするサービスです(毎週木曜日発行・登録無料)。ご希望の方は上記のアドレスに、件名を「メールマガジン登録希望」、本文に 氏名、連絡先(住所・電話番号) 職業 メールマガジンを受信ご希望のメールアドレス を記載しメールを送信してください。携帯アドレスを登録する場合、携帯電話会社・各自の受信設定によってメールを受け取れない場合があります。お手数ですが、@mm.npojcca.org のメールを受信できるように各携帯電話会社にお問い合わせのうえ設定してください。また、アドレスでご利用頂ける文字は、「半角英数字」「-(ハイフン)」「_(アンダーバー)」になります。それ以外の文字はご利用頂けませんのでご注意ください。なお、1週間経っても返信がない場合は、お手数ですが上記まで直接お問合せ下さい。