

【ELM勇気づけ講座】

アドラー心理学「勇気づけのコミュニケーション」が実践できる人になる！

★こんな方におススメ・・・

- ☆自分のことを好きになりたい
- ☆子供にも自分自身を好きになってもらいたい
- ☆日々を心地よく過ごしたい
- ☆家族や友人と気持ちよくコミュニケーションをとりたい
- ☆自分の子育てに不安がある

褒めるより伸びる
「勇気づけの子育て」
はじめませんか？

☆受講者様からのお声☆

「自分のイライラの感情とうまく付き合うことができるようになって、旦那に対しても少し優しくなれたように思います」

「勇気づけは 生きる力をはぐくむことだと思います！」

「親が1ミリ変わると、子どもが10センチも20センチも変わる感じです。」

「私は今の自分が好きになりました♪ きっともう大丈夫！ だと思えます。本当に本当に感謝しています！」

《ELM講座の流れと内容》

※全12章を3日間かけて学んでいきます。

第1章	さまざまな見方・考え方の存在を意識する	第7章	目的を意識する
第2章	聴き上手になる	第8章	自分の人生を引き受ける
第3章	言い方を工夫しよう	第9章	自分のよさを再発見する
第4章	感情と上手に付き合う	第10章	あたりまえの価値を再認識する
第5章	自分のスタイルを明確にする	第11章	物事を前向きに考える
第6章	セルフ・トークを意識する	第12章	勇気づけをする

◇1章ずつが45分程度の内容なので、気軽に参加できます。

◇講師の一方的な講義ではなく、体験学習で仲間とワークを行いシェアしながら学びを深めていくので、聞くだけの座学よりも理解しやすく、勇気づけの実践方法が具体的に身につきます！ 勇気づける人になれますよ！

◇LINEもしくはfacebookのグループで3ヶ月のフォロー期間もあります。

《受講料》 18,000円 (テキスト代込み)

《場所》 1・2日目 取手ウェルネスプラザ

《日程》 1日目 9月9日(土) 13:00~16:30
2日目 9月18日(月祝) 10:00~14:00

《講師》 勇気づけ親子心理学講師 大津 恵里



新潟市生まれ・取手市在住の2歳の娘のお母さんです。娘が0歳2ヶ月のときに勇気づけの子育てに出会い、がちがちになっていた母親としての重圧から開放され、楽しく子育てをしています。毎日がんばっているママたちを勇気づけたくて活動をはじめました。取手市・都内・新潟市でお茶会や講座を開いています。2016年からのべ90名以上のママたちに勇気づけをお伝えしています。

TEL:090-4959-7483

E-MAIL: eripon.love.peace.hope@gmail.com

ブログ: <http://ameblo.jp/eriponlph/>