

どうしよう↓を こうしよう↑に。

自分も相手も大切にする、なりたい自分に近づく5つのセッション。

カウンセリングコミュニケーション

受講者募集！

- (R8 9/13) 聴く力に磨きをかける
「聞く」から「聴く」へ。
相手の世界観を理解し、安心感と信頼関係を築く
- (R8 10/11) 伝える力に磨きをかける
「伝えたつもり」を卒業！
相手の心に届く言葉の選び方とアサーション
- (R8 12/13) 感情の扱い方に磨きをかける
怒りや不安の奥にある「本当の願い」に気づく。
感情をマネジメントできる自分になる
- (R9 1/10) 交渉力に磨きをかける
意見の対立は悪いことじゃない。
お互いが納得できる合意点を見つける交渉法
- (R9 2/14) セルフプロデュース
「なりたい自分」になると決めてみる。
変われることを前提にした行動計画で習慣化

本講座では、「マスタリーメソッド」を活用し、
人の心と行動の理解を深め、
無理なく自然に行動へとつなげる方法を学びます。

マスタリーメソッドとは、「なぜ」を追及するのではなく、
「どうしたら」に焦点を当てるカウンセリング理論です。

時 間	10：00～11：45
場 所	マスタリーカウンセリング協会 (千葉県習志野市谷津3-17-2 クリオネの家)
参加費	3,000円 / 回 (会場で頂戴します)
対象者	コミュニケーションの知識とスキルを手に入れたい方
定 員	各回 8名 (申し込み先着順)
講 師	星野 伸明 マスタリーカウンセリング協会代表理事
形 式	講義と体験ワークの混合 (各回完結型で開催します。)

お申込み/お問い合わせ

一般社団法人マスタリーカウンセリング協会

千葉県習志野市谷津3-17-2

<https://mcounseling.or.jp>

mail : admin@mcounseling.or.jp