

夫婦・親子・恋人・友人・職場など…
人間関係って簡単なようで難しい。

きらわれたくない人への 上手な気持ちの伝え方



生活していると人間関係の悩みを抱くことって多いですね。
この講座を通して、関わる人とのコミュニケーションについて、また悩んでいる人へのサポートについて考えてみませんか。

自分の気持ちの伝え方、相手の気持ちや言葉の受け止め方など、より良い関係を築くためのコツを学びましょう。

○日 程○ 2月16日～3月2日 金曜日 全3回

○時 間○ 午後7時～9時

○場 所○ さくら会館3階ホール

○対 象○ 先着20名

○費 用○ 無料

○講 師○ 勇気のなる木代表 勇気づけ心理学講師 成瀬 夕子 氏
特定非営利活動法人しあわせなみだ代表 中野 宏美 氏



日 時	テーマ	講 師
2月16日(金)	アドラー心理学コミュニケーション ～勇気づけで目の前の悩みを今すぐ解決!～	成瀬 夕子氏 (勇気のなる木代表 勇気づけ心理学講師)
2月23日(金)	職場のコミュニケーション ～タテの関係のハラスメント被害の実態～	中野 宏美氏 (特定非営利活動法人しあわせなみだ代表)
3月2日(金)	親子・先生生徒のコミュニケーション ～ひきこもりや「非行」の背景にある性被害～	中野 宏美氏 (特定非営利活動法人しあわせなみだ代表)

○申込み○ 1月17日(水) 午前9時から
福生市公民館公民館係(さくら会館内) ☎ 042-552-2118