

自己分析

考え方のクセ、行動のクセ、話し方のクセ 分析してみませんか？

- 人から褒められても、素直に喜べない、自信が持てない…
- 頼まれるとイヤと言えない、いつもガマンしてしまう…
- 自分の主張をどうしても通したくなる、口調がキツイと言われる…
- いつも同じような失敗を繰り返してしまう…



そんなお悩みはありませんか？

心理学のひとつである《交流分析》では、「人は、幼い頃に体験した出来事や、その時に感じたことをもとにして、「こんな風に人生を生きよう」と決断し、大人になった今もなおずっとそれに従って生きている」と考えます。小さい頃からそう思い込み、それを繰り返した結果、それが自分の「クセ(傾向)」になっているようです。しかしそれは、とても未熟な決断であり、気づいた時には何度でも書き換え可能なのです。まず自分の「クセ(傾向)」を知り、その書き換えの糸口が見つかる、そんな講座です。

日時 : 5月19日(土) 10:00~12:00

場所 : 塩尻市 市民交流センター えんぼ一 301

参加費 : 1,000円

お申込み&お問合せ : 日本交流分析協会 インストラクター 中村 緑
080-4361-7588
ryuisob24@i.softbank.jp