

熊野堂仮設住宅の皆様へ

震災から1年半近くが経ちました。計り知れない困難な状況の中で、復旧復興のためにご奮起奮闘されてこられた皆様に、心より敬意を表します。さらに、がんばりすぎずしなやかに、困難な状況を乗り越えていかれるように、皆様のお役に立てればと思っております。

心が元気になる人間関係をつくる コミュニケーション講座のご案内

講座内容：

相手も自分も楽で、心が元気になる関係をつくるコツ、例えば、ちょっと愚痴をこぼしてみる、一人で頑張りすぎずをお願いしてみるなど自分の正直な気持ちを伝えたとしても、関係がさらによくなる方法をお伝えします。

実は、自分が心から嬉しいことをすること、大切な人との絆を深めともに喜びあえることが、困難なことを乗り越える気力につながるのです。

一緒に、気持ちがすっきりする体験、心が温かく元気になる体験をしてみませんか？

どなたさまも、どうぞお気軽にご参加ください。



開催日時：2012年8月26(日)

14:00-16:00

開催場所：熊野堂仮設集会場

主催：筑波大学・明海大学ヘルスカウンセリング学研究室

後援：NPO 法人ヘルスカウンセリング学会・名古屋学芸大学・地域コミュニティ復興・再生のための経験「知」交流ネットワークの構築

はじめまして。筑波大学・明海大学・名古屋学芸大学のメンバーです。私達は、人々がより健康に幸せに生きるための考え方や人間関係についての実践的な研究を行っているグループです。

皆様がお困りになっていることなど、何でもご質問下さい。少しでも皆様のお力になれば幸いです。



たくさんの皆さんご参加いただき、毎回楽しい講座になっています。