



日本ポジティブ心理カウンセラー協会 Positive Psychology Counselor Association

認定ポジティブ心理カウンセラー養成講座 仙台 2.11 (土)

■「ライフシフト」と「レジリエンス (逆境力)」のカウンセリング

【内容】:変化の激しい時代の中で、労働環境なども多様に新しく変化しています。そのため、どのような人でも、挫折や困難な場面に遭遇することが多くなってきています。そのような状況で、私たちは、時代の変化を理解しながら、未来に向けて必要となる「自己成長力」や「レジリエンス(逆境力, 精神的回復力)」を習得していく必要があります。「ライフシフト」の支援、つまり、新しい変化に向けて、個人、他者を前向きに変化していけるように支援することが求められてきています。

本講座では、「ポジティブ心理学」や「健康心理学」、「キャリア心理学」など、肯定的な心理学を活用しながら、自己と他者の「レジリエンス」や「自己成長力」を高め、よりよく人生を生きていくための知識やカウンセリング技法を学びます。

とくに、本講座では、「ライフシフト(人生変化)」、「レジリエンス(逆境力)」、「自己成長(Personal Growth)」に焦点を合わせた様々なカウンセリング技法について学びます。「カードゲーム」、「マッピング(図式化)」、「ワークシート」、「チェックリスト」を活用して、体系的に実施致します。初心者の方を歓迎いたします。

★【講習内容】: 「ライフシフト」、「レジリエンス」と「自己成長」支援に関わるカウンセリング技術とは何か？

- (1)「ライフシフト」と「レジリエンス」の心理学とは？ ポジティブ心理学などから
- (2)「自己成長主導性」と「外傷後ストレスからの自己成長」とは？
- (3)「レジリエンス」に関わる心理テストは何か？
- (4)「レジリエンス(逆境力)」、「自己成長力」を高めるカウンセリング基本講座
- (5)「レジリエンス(逆境力)」に関わる理論を活用したカードゲーム



◆【認定ポジティブ心理カウンセラー】 単位認定講座(2単位)となります。 ※受講のみでも参加できます。

★【こんな人におすすめ】…初めての方でも歓迎 わかりやすくお伝えいたします。(初心者歓迎)

●新しい肯定的なカウンセリングに興味がある方。●多角的にカウンセリングのスキルを高めた人

【講習費】: 特別価格 **2500 円** (当日払い) (資料, カード代など) ※受講のみ可

【会場】 仙台 アエル 情報・産業プラザ/特別会議室(6階)

【開催日時】: **2017年2月11日(土) 13:30~17:00**

(開場 13:00) ※申し込みの最終締め切り 2月9日(木) 【先着限定 10名様】

【申込】: <https://goo.gl/XXH1G3>

※返信を受け取ることができるメールアドレスでお申し込み, 願います。(確認メールなどをお送りするため)



日本ポジティブ心理カウンセラー協会 【お問い合わせ】: 080-1127-3088 (事務局)

<http://positive-counselor.org/>

【お問い合わせ】: info.posi.co@gmail.com