

自信を身につけ ブレない心を育む お話会。

今のあなたに大切なことがみつかるかもしれません..

ちょっとした心の問題は誰にでも身近なものになってきている時代。現代の社会では、体と心を健康的に維持するのが難しくなっています。不安、孤独、自信がない!..という声を耳にすることが多くなりました。

恋愛、結婚、妊娠、出産、育児、自立、更年期、老後。
わたしたちは人生の大きな節目に直面した時、揺れ動く心や体の不調とも向き合っていきます。どうしたら良いのか分からない、つらい!..と。
そんなとき、現実と向き合っていく力をつけるために大切なのが【自律】
心理学のアプローチから、自身のために、そして大切な人と幸せを感じることや、より豊かな人生を目指せるように、お話会にて共に深めていきたいと考えています。

注釈)【自律】とは自分自身を管理すること、自分の運命を決定すること、自身の「思考・感情・行動」すべてに責任をもつことをいいます。

ワークショップ感覚のお話会を開催します！

- 日時 6月27日(月)10時～12時 [次回の予告:8月5日(金)10時～]
- 会場 助産院マミータ 〒815-0073 福岡市南区大池2丁目12-3 ☎092-553-5503
- 参加費 2000円
- お問合わせ・お申し込み 助産院マミータ ホームページをご覧ください

講師 紹介



しのはら 由香

カウンセリングルーム
「たんぽぽのわたげ」
・公認心理師
・スクールカウンセラー

1996年鍼灸師取得。患者さまと症状には、生活環境や性格の影響が関係していることに興味を持ち心理学を学ぶ。

NPO法人カウンセリングジャパン、こころサポート、(株)メンタルサポート研究所