

有限会社ヒューマン・ギルド主催
アドラー心理学ゼミナー

『ココロ・キングダムⅠ』から学ぶ 「心のしなやかさ」

～アドラー心理学と6つの秘宝が導く希望のストーリー～

2/15 (日) 11:00 ~ 13:00

会場参加・ZOOMオンライン

受講料 2,200円

講師：佐高 葵月代

※講師はオンラインで講義をします。

著書『ココロ・キングダムⅠ』に描かれた世界観と心理学のエッセンスをもとに「心のしなやかさ」を育てるための、アドラー心理学、マインドフルネス、レジリエンス、セルフ・コンパッションの視点をやさしく紐解きます。今回のゼミナーでは、この講座のために特別に制作した"6つの秘宝"を手がかりに、困難に揺れたときに自分を立て直す方法や、希望を取り戻すための小さなステップを体験的に学びます。物語を読んでいない方でも楽しめる内容でご自身の心の状態を確かめながら参加いただける時間です。

佐高 葵月代 Akiyo Sataka

メンタルヘルス研修講師。アドラー心理学研究会Plus代表。精神科クリニックにて15年以上、ヨーガ、マインドフルネス、セルフ・コンパッション、レジリエンスの実践指導を行う。著書『ココロ・キングダムⅠ』では、物語と心理学を掛け合わせた独自の表現で、読者が自分自身の「心の灯」を見つめ直すきっかけをつくっている。

お申込み・お問い合わせ



オンライン参加の
お申込みはこちら

有限会社ヒューマン・ギルド

03-3235-6741 | info@hgld.co.jp

<https://www.hgld.co.jp/lecture/view/1350>

※アーカイブ配信も予定しています(2,200円)。

