子育て・職場の人間関係に活かす

「

交流分析

」

－心や体が楽になり「

体感

して納得」－

交流分析とは、アメリカの精神科医エリック・バーン博士

が考案した理論体系で、

今日から

日常

生活に

活用できる分かりやすい心理学です。

「精神分析の口語版」とも言われます。

交流分析は

自分自身のことや、人と人との間で何が起こっているのかを知りたい人に役立ちます。

交流分析

の主な内容

・・・

１

人間の心は３つ？心の働きは５つ？？

２

エゴグラム（心の指紋）で自分を知る

３

ドッジボール（悪いところ探し）からキャッチ

ボール（宝探し）

４

こじれる人間関係脱却法

！

５

今の人生の生き方はいつ頃決めた？

どんな変化が？

「自分を知り

自分に気づき

自分を変える」きっかけになります。

誰にもある

人格（人柄）の中の

問題性は望ましいものに、自分の良い点は更に伸ばし、活き活きとした笑顔の人生に変わります。

このことを交流分析では「自律性」といい、自律性を身につけた人が幸せ

に近づきます

・・・・

日

時

１０月21日（金）

1９時から21時

場

所

盛岡心理カウンセリングセンター　２階

講

師

佐藤照貴（交流分析

士

インストラクター）

受講料

３，０００円

（当日

現金

でお支払いください）

連絡先

盛岡心理カウンセリングセンター

川村

http://moriokashinri.jp/

岩手県盛岡市黒石野

2

丁目

7

-

21

TEL: 019

-

663

-

6881

080

-

6006

-

6881

（携帯）

申し込みは、

電話連絡か

ホームページの「ご予約」

バナー

か

ら

申し込み

お願い致します。

