

コミュカ向上ワークショップ

- ・人と居ると疲れてしまう、人の話を聞くのが苦手。
- ・人と居ても安心感や安らぎを感じたい。
- ・人前で話すのが苦手、緊張してしまう。
- ・上手にお話できない、気持ちを伝えられない。
- ・人間関係で苦労をすることが多い。

※上記のようなお悩みを抱えている方へ
一緒に心地の良い傾聴、話し方を習得しませんか？

開催日時 11/27（金）13時～14時半,
12/11（金）,12/25（金）10時～11時半

場 所 はらっぱ館（みはらしの丘）

時 間 13：00～14：30

定 員 各先着10名（事前要予約）

参加費 500円（資料、場所代等）

（当日はマスク・スリッパのご持参をお願いします）

人の話を聞くことが自分の癒やしに変わります。AHを参考にしたワークショップになります。AHとはもともと1975年に致命的な病気を持つ子どもたちのサポートグループとしてスタートしたもので、現在では、病気と関係のある人たちだけでなく、教育現場など、さまざまな領域へと活動が広がっています。

アティチューディナル・ヒーリング（AH）というのは、心の平和を唯一の目的とし、自分の責任で心の姿勢（アティテュード）を選び取っていくというプロセスです。

コ ポ リ
カウンセリングルーム—k o p o r i—



代表 加藤 080-9633-2615

ホームページ：<https://kopori-room.com>（11月末完成予定）