

はじめてのグループワーク 構成的エンカウンターグループ

2011年3月5日(土) 13:00~16:30

(引き続き近隣に場所を変えて1周年記念交流会も開催!! 17:30~19:30)

人間は「人と人との間で、育って人間になる」とよくいわれます。
人との関わりの中で人は成長していきます。
エンカウンターには『出会い』という意义があり、
『心と心のふれあい』、『本音と本音の出会い』をねらいとしています。

ほっとハートでは、グループワークがはじめての方、興味がある方、どんなものかちょっと体験してみたい方、そんな方のために楽しいエクササイズを用意しました。
ふれあいの中で“他者との出会い”“自分との出会い”を体験し、
日常の人間関係やコミュニケーションのヒントを見つけてください。

もちろん、構成的グループエンカウンターがはじめてではない方にも充分お楽しみいただけます。
エンカウンターでうちとけた後は、交流会(近くの別会場)にも、ぜひご参加下さい。

- ファシリテーター: 西櫻由美子(産業カウンセラー)
- 開催日時: 2011年3月5日(土) A. ラボ 13:00~16:30 (16:30~17:00 ティータイム)
B. 交流会 17:30~19:30
- 開催場所: A. ラボ~アカデミー茗台 7階学習室A(東京都文京区春日2丁目9番5号) 電話03-3817-8306
http://www.city.bunkyo.lg.jp/sosiki_busyo_academy_shisetsu_gakusyubunka_meidai.html
東京メトロ丸の内線 茗荷谷駅下車、春日通りを後楽園方面へ 中学校そば(徒歩約10分)
B. 交流会~茗荷谷駅近辺(詳細未定)
- 参加費: A. ラボ ほっとハート会員: 500円、会員以外の方: 1,000円
B. 交流会 飲み放題つき 4000円程度(詳細未定)
- お申し込み方法: info@npo-hh.org (担当: 石田)宛てにメールでお申込みください。
メールの件名は「3月ラボ・交流会の申込」とし、メール本文には、
「1.お名前(ふりがな)」、「2.連絡先メールアドレス」、「3.お申込みのきっかけ」、
「4.参加区分 A(ラボ)・B(交流会)とも参加/A(ラボ)のみ参加/B(交流会)のみ参加」の4点を明記ください。

ラボ・交流会とも、お誘い合わせの上、奮ってご参加下さい。

<ファシリテータープロフィール>

西櫻 由美子 産業カウンセラー

現在、茅ヶ崎市立の中学校の相談室で心理相談員として勤務。
20年近く営業業務という仕事を通して、たくさんの素敵なお客様、上司・先輩同僚、後輩と出会い、
やりがいのある仕事をしてきたが、もっと人対人が関わる仕事ができないかと思い、
介護の勉強をしている中で出会ったのが、カウンセリング。
「自分を知る」というところからカウンセリングを学んで11年。
現在も東京カウンセリングスクールの研究室に在籍し、いろいろな勉強会に参加して学んでいる。
相談室で生徒や保護者、教師と関わる中で、人が関わり続けることの大切さを日々感じている。
1番大切にしていることは、目の前の人を信じ、「一緒に考える」ということ。
いつもほっとハートで「ほっ」と安心できる人でありたいと思っている。

◆ ほっとハートの公開講座とは？ ◆

ほっとハートと関わりの深い先生方による、アットホームな講座を企画提供しています。他ではなかなか受ける事のできない凝縮された内容を、気軽に受講できるという点とともに、講師の方と、親しくお話できる機会が多い点も、大きな魅力の一つです。「あの先生の、こんな講義を聞いてみたい・・・」、「こんな先生紹介できるけれど・・・」という、企画持ち込みも大歓迎です。学びたい気持ちを一緒に形にしていく講座です。

◆ ほっとハートの体験カウンセリングとは？ ◆

カウンセリング、というものがなんだかとても特別なもののように感じていらっしゃる方が多いようです。カウンセリングはちょっとした日常の出来事、なんとなく気持ちがもやもやしていること、とても腹が立っている事など、こころが落ちつかないときに胸のうちを言葉にして聴いてもらう場です。誰かに気持ちを聴いてもらうとなんとかほっとする...そんな体験をしていただきます。

辛いお話をする必要はありません。嬉しくて自慢したい事でも構いません。聴いてもらう心地よさを感じて下さい。

◆ 「ほっとハート・ラボ」とは？ ◆

「今まで温めていたアイデアを発表したい」、「講師としての経験を積み実力を身に付けたい」、そんな方々に向けた「ほっとハート」が提案する新しい勉強会のスタイルです。ご自身で作成したプログラムで実際に講義を開催します。受講者の方全員からフィードバックを受け、講義プログラムや、講師スキルについて客観的な振り返りが出来ます。2時間程度での理論講義や独自のワークなど、カウンセリングに関する事なら形式、内容は自由です。「自分たちで活動の場を作っていきたい」という講師希望者募集中です！！

※ お申し込みいただいても、必ずご希望に添えるとは限りませんのでご了承ください。

◆ 今後の予定 ◆

2011年2月26日『ほっとハート公開講座』
プロフェッショナルインストラクター講座

3月5日『ほっとハート・ラボ6』
構成的グループエンカウンター

3月5日『交流会』

◆ 会員募集中 ◆

ほっとハートでは、私達と一緒に活動していただける会員・応援して下さる賛助会員を募集しています。詳しくは、ほっとハートのホームページ（<http://npo-hh.org/>）をご覧ください。

NPO法人ほっとハート心の健康づくり推進会
ホームページ：<http://npo-hh.org/>
メールアドレス：info@npo-hh.org

QRコードを使って
メールを送れます

