

「心理学講座」

～自分らしく生きてますか！～

日 時：平成 30 年 5 月 18 日（金）～平成 31 年 1 月 18 日（金）

10 時 00 分～11 時 30 分（全 8 回）

場 所：伊丹市立女性・児童センター

講 師：教育コーディネーター・心理カウンセラー横家 佳子 さん

参加費：1 回 500 円

20 名（先着順）



第 1 回 自分の持ち味 5/18（金）

～回し絵体験～

第 2 回 長所・短所のつくり方 6/15（金）

～エゴグラム体験～

第 3 回 あなたの口癖は何ですか？ 7/20（金）

～ストレスマネジメント～

第 4 回 じっくり自分を眺めてみると・・・ 9/21（金）

～自画像体験～

第 5 回 「共感」は癒しの極意 10/19（金）

アクティブリスニング～

第 6 回 爽やかな自己表現 11/16（金）

～アサーション～

第 7 回 人と人をつなぐ愛のストローク 12/21（金）

第 8 回 私の原点 1/18（金）

～5 歳のわたし～

[お申込み・お問い合わせ]

伊丹市立女性・児童センター

〒664-0855

伊丹市御願塚 6-1-1

TEL 072-772-1078

（休館日：火曜日・祝日）

メールからのお申込み ✉salon@itami-danjo.jp
