

ハッピーステージ オンラインセミナーのご案内

『小林展子先生特別講座：自分の中に味方を作る』

全 5 回2時間講座を Zoom にて開催します

- 日 時 : 7月12日(日)、26日(日)、8月16日(日)、30日(日)、9月13日(日)
20:00~22:00
- 参加費 : 会員 15,000 円 一般18,000円(5回の金額です)
- 場 所 : Zoom を使ったオンライン講座になります。
ご参加の方は Zoom が使える環境が必要です。
- 定 員 : 20 名
- 講 師 : ポンティキュラス心理研究所代表 小林展子先生



心理学博士、臨床心理士、NPO 法人ハッピーステージ理事
ICNLP 認定 NLP マスタートレーナー、ICC 認定コーチトレーナー
専門は認知行動療法を主体としたサイコセラピー、ストレスマネジメント等。臨床活動に加え、NLP(神経言語プログラミング)、認知行動療法、コーチングなどを組み合わせた講座を提供することで、多くの方の心の健康維持に寄与している。

■略歴

カナダ、オタワ大学大学院、博士号取得(臨床心理学)。
アメリカ、ペンシルバニア州 心理学ライセンス取得。
アメリカ、コネチカット州 心理学ライセンス取得。
その後、CDPC/アルバニー医科大学、ウォーレン州立病院、ウエルスプリングに勤務しアメリカに20年在住。現在、ポンティキュラス心理研究所代表。

日々を元気に過ごすために、私たちには何が大切なのでしょう？ 美味しい食事、居心地の良い部屋、友人や家族との語り、健康な身体、安定した仕事などなど…もちろんどれもきっと役に立つ事でしょう。そして同時に大切なことはその日々の出来事を自分自身がどのように受け止めていくかなのです。

私たちは自分なりの受け止め方やモノの見方を持っています。時にはその受け止め方やモノの見方が自分の敵になってしまい自分自身を苦しめることもあります。この講座では、自分の人生の中で起きている出来事を振り返りながら、自分の中に味方を作っていく方法を身に付けていきます。ユーモアを交えた小林先生の講座で楽しく学びながら、自分の人生をよりハッピーにするためのコツを探してみませんか？

- 各セミナーのお申し込み、お問い合わせなどについてはこちらまで ●○
ホームページ：<https://www.happy-stage.jp> QRコードからもお申し込み頂けます。
FAX 03-5715-6180 TEL 03-5715-5831
Email : kouza@happy-stage.jp



参加申込書

お名前 _____
ご住所・TEL _____
メールアドレス _____
会員の有無 _____