

自己理解・他者理解・人間関係力を深める講座です  
就職カレッジステップアップセミナー



1日で  
学ぶ

# 自分を知り、相手を知るための 心理カウンセリング技術 活用講座

## セミナー概要

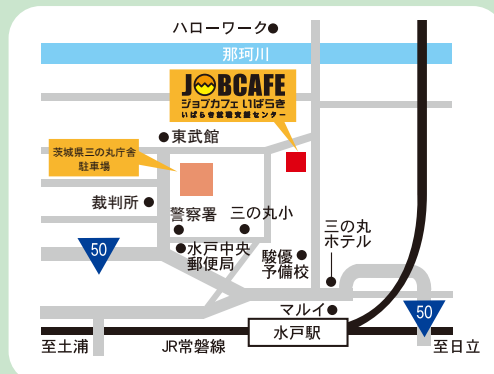
日時 平成28年**11**月**5**日(土)  
9:30~16:30 (当日受付・開場9:00~)

会場 **ジョブカフェいばらき**  
(水戸市三の丸1-7-41)

対象 **15歳~おおむね40歳代前半の求職者**  
※学生、働いている方も参加できます **30名**

その他 **参加無料 / 服装自由 / 筆記用具持参**  
※雇用保険受給者の求職活動実績になります  
※交通費は各自ご負担ください

企画 厚生労働省委託「若年者地域連携事業」  
EHC 雇用△材協会



※会場に駐車場はありません。茨城県三の丸庁舎の駐車場をご利用ください(無料)

## 内容

“心(こころ)”は、目に見えませんが、仕事、就活、友人関係・結婚(パートナー関係)、家族関係など私たちの日常に深く関連しています。心理学を頭で学ぶだけでなく、自分にとって必要なものとして活かして頂けるように、身近な例を豊富に用いでお伝え致します。

自分の人生に心理学の理論や技術を応用することで、この先の人生を今まで以上に実りのあるものにしてみませんか!?心理カウンセラーが習得する知識や技術を学ぶことで、ひとりの人としてより成長することができます。

また、自分への理解を深めることは、他者への理解を深めることにつながります。1日で習得できる理論や療法を学び、他者に寄り添っていく技術を学ぶと同時に自己理解を深めることで、他者とより良い人間関係をつくる力が飛躍的に高まります。人と真摯に向き合うためにも、心理カウンセラーの知識と技術を習得し自分自身のことを深く理解することがとても大切です。

- カウンセリング心理学とは何か?
- カール・ロジャースの来談者中心療法  
自己一致/無条件受容/共感的理解
- 心のホットスポットと伝わりやすい話し方  
ジョハリの窓/ Eメッセージ・YOUメッセージ
- A・エリスのABC理論  
思い込み捉われからの解放
- 相手の心を聞き信頼関係を高める聴き方  
アクティブリスニング/コミュニケーションを阻む12の障害
- 日常生活に活かせるミュージックセラピー

おすすめの

## 対象者

- 傾聴技術、伝える技術を高め就活に活かしたい人
- 人間関係力を高めたい人
- 聴く力などコミュニケーション力を高めたい人
- 現在の自分の身近な状況に傾聴技術を活かしたい人
- 営業や販売のスキルを高めたい人
- 心理カウンセリングという職業に興味がある人
- 自己理解を深め成長につなげたい人
- 心理学に興味がある人

## 受講後の効果

- 心理学の理論や技術を日常生活に活用できるようになる
- 他人に伝えにくい事を伝えやすくなる
- 傾聴スキルが高まり、他人からの信頼を得やすくなる
- 他人とのコミュニケーションにおける失敗が減る
- 営業や販売での成績が高まる
- 悩みが軽減する
- 自己理解と他者理解が深まる

## 申し込み方法

下記のいずれかの方法でお申込みください。

- ✕メール メール本文に「11/5セミナー申込み」と明記の上、お名前・電話番号・年齢を、下記メールアドレスにお送りください。

**s-college@koyou-jinzai.org**

※必ず上記アドレスからのメールを受信できるように設定してください。(確認のメールをお送りします)

※QRコードからもメールをお送りできます。



☎電話 NPO法人雇用人材協会(平日9~18時)

**029-300-1738**

## 講師

### 伊藤康夫氏

米国CCE認定GCDP-Japan キャリアカウンセラー  
内閣府認定日本カウンセリング普及協会 認定心理カウンセラー  
大手総合人材サービス会社(東証一部上場企業)の  
営業として13年連続で売上目標を達成し常に  
TOP10入り。マネージャーとして営業所をゼロから立ち  
上げ、年商30億円の拠点に育てた。特別社長賞4  
回受賞。現在は独立し、企業向け研修講師等多数。

