

タッチ・コミュニケーション®プログラム

# レジリエンス講座

【レジリエンス】とは…【逆境力・折れにくい心】  
逆境の中でも、困難を乗り越え、生き延びようとする力

『自分と周囲への信頼を維持し、将来よくなる  
可能性を信じて対処し、克服していける能力』

# ストレスに強く生きるために！



<全4回>

※コースの日程変更・補講はご相談に応じます。

	平日コース	土曜日コース	プログラム
①	H28年 1月7日(木)	H28年 1月23日(土)	折れにくい心の育て方『レジリエンス』とは？
②	1月21日(木)	2月27日(土)	ストレスに強い心を育てる
③	2月 4日(木)	3月26日(土)	傾聴ワークとメンタルサポートの実践
④	3月17日(木)	4月23日(土)	ストローク理論とストロークパーティ



【時間】 10:00～12:00

【場所】 合人社ウエンディひと・まちプラザ

(旧まちづくり市民交流プラザ)

【参加費】 4回コース 8,000円 (単発可 2,500円/1回)

【託児】 定員5名(7ヶ月～未就学児まで)

赤い羽根共同募金事業の活用で、無料で  
託児サービスを受けていただけます!

※H27年プレミアム・パスポート(ゴールド)をお持ちの方は、  
土曜日コース全4回を 4,000円 で受講できます!



講師： NPO日本タッチ・コミュニケーション協会 理事長 宇治木敏子

NPO日本交流分析協会 准教授・交流分析士・TA心理カウンセラー  
マツダ労働組合「やる気応援プロジェクト」レジリエンス講師  
安芸高田市専任 メンタルヘルスカウンセラー

■ 著書 絵本「心のふれあい タッチ・コミュニケーション」

■ 中国新聞連載コラム「きょうからイクメンジャー」 2013年10月～(全10回)



●お申し込み・お問い合わせ●

NPO日本タッチ・コミュニケーション協会

〒730-0043 広島市中区富士見町 11-6 エソール広島 926号室

TEL:090-1331-6869 Email:[npojatc@msn.com](mailto:npojatc@msn.com)

タッチ・コミュニケーション【検索】



申込フォーム