

職場で活用できる心理学研修

「コミュニケーションをより良くする内的会話研修」のご案内

～インナーチャイルドとインナーアダルトをはぐくむ内的会話を学ぼう～



私たちが日々行うコミュニケーションは、自分の内側でされてる会話(内的会話)が反映されているという事をご存じでしょうか。そして、私たちの心の中には「インナーチャイルド」と呼ばれる感情・感覚の領域と「インナーアダルト」と呼ばれる知識・思考の領域があり、両者が健全で温かいコミュニケーションを取ることが出来ると、私たちは幸福感や安心感を感じ、人との関係が良好になったり、さらには、人生に起こる困難を乗り越えることも出来るようになると言われております。本研修でよりよい内的会話を身に付けて、職場や大切な人とのコミュニケーションに活かしてみませんか。是非、多数のご参加をお待ちしております。

研修の概要

区分	内容	
カリキュラム	<p>1. 内的会話とは ①心の領域について ②インナーチャイルドとインナーアダルトの領域のワーク ※個人ワーク</p> <p>2. より良い内的会話ををはぐくむ ①メタ認知 ②内的会話のワーク ※個人ワーク ③分かち合い ※グループでシェア</p> <p>3. 内的会話を活かした職場でのコミュニケーション ※グループワーク、発表</p> <p>4. まとめ、質疑応答</p>	 <p>小室 知津子氏</p>
講師	小室 知津子 氏 (フル オブ ライフ 代表・心理カウンセラー)	
開催日時	2025年 2月26日(水) 13:30~16:30(入室13:15~) (※ログインは13:00から可能)	
開催方法	Web会議システム「Zoom」によるオンライン研修 ※その他、接続URL・受講時の留意点等は、別途ご案内致します。	
募集予定人員	40名 (先着順、定員になり次第申込締め切ります)	
受講料	ユーザ協会会員:5,500円/人、非会員:7,700円/人(税込)	
申し込み方法	2025年2月19日(水)までにユーザ協会東京支部ホームページの 申込フォーム 又はQRコードよりお申込みください。東京支部HP⇒ https://www.pi.jtua.or.jp/tokyo/	
支払方法	受講料は2025年2月19日(水)までに指定の口座へ事前振込をお願いします。申込後、連絡責任者様へメールで振込先等ご連絡致しますので、ご確認ください。	

【注意事項】以下、予めご了承ください。

- ・受講者が少ない場合は、本研修を中止する場合があります。・本研修の撮影・録音・録画は禁止とさせていただきます。
- ・Zoomでの受講にあたって生じたいかなる問題や損害・費用について、当協会は一切の責任を負いかねます。
- ・受講当日キャンセルの場合、受講料の返金は致しかねます。

【問合せ先】(公財)日本電信電話ユーザ協会 東京支部 事務局:吉野・石川 TEL03-6275-0831 E-mail: utkita@jtua.or.jp

ユーザ協会では、ICT活用事例や電話応対教育メニュー等の情報を積極的に発信しております。

本協会の趣旨にご賛同いただき、最新のICT情報等を更にお知りになりたい方は、是非この機会に協会への入会をお願いいたします。

入会には年会費がかかります。年会費の額はユーザ協会各支部までお問い合わせください。

ユーザ協会



プライバシーポリシー(プライバシーに関する公益財団法人日本電信電話ユーザ協会の確約)

公益財団法人日本電信電話ユーザ協会は、常日頃より関係者の情報を厳正に管理し、プライバシー保護に努めています。

ユーザ協会は、関係者様の個人情報は当協会の定款に基づく事業目的以外には、使用致しません。