

札幌TA教室主催

交流分析講座

交流分析士2級 資格講座 のご案内

*** 交流分析 (TA=Transactional Analysis) とは ***

1950年代半ばに、アメリカの精神科医エリック・バーン博士によって、精神分析を土台とし人間性心理学を取り入れて開発された、人の心と行動を快適にする心理学です。

人と人との関わりの中から自分を知り、他人を理解し、人生を豊かにするコミュニケーション心理学でもあります。

*** この講座では ***

より豊かな人生創りのために、7つのジャンルをじっくり学び、交流分析の目的である「自律性の確立」(本来の自分らしい自分を取り戻す)を目指します。

◆ 日 時

12月9日・16日(土)

1月28日(日)

2月10日(土)

18日(日)

3月11日(日)

開始予定 9:30

終了予定 17:30

◆ 場 所 :かでの2・7

札幌市中央区北2条西7丁目

TEL (011) 204-5100

※初回、4~5回目は

810B会議室

2~3回目、6回目は

810A会議室

◆ 講 師 :日本交流分析協会認定

交流分析士インストラクター

◆ 受講料 :52,920円(消費税、テキスト代込み)

◆ 納入方法 :受付終了後、口座をお知らせいたしますので、そちらにお振込ください

(基本一括払いとなっておりますが、分割にも応じますのでご相談ください)

◆ 締切日 :11月30日(木)(締め切り日を過ぎてのキャンセルはご返金できません)

◆ 定 員 :15名

◆ お申込方法 :FAXまたはメールでお申込み下さい

(お電話による申し込みは受け付けておりません)

お申込みの際に、氏名(ふりがな明記)、住所、メールアドレス、携帯電話番号(緊急連絡先)

会員番号(講座受講の前に交流分析協会の会員登録が必要となります。詳しくは下記にお問い合わせください)をお知らせください。

◆ お申込先 :FAX (011) 385-5540 (札幌TA教室FAX)

メール hokkaido.area.ta.kenkyukai@gmail.com (北海道エリアTA研究会事務局)

時間の構造化

(時間の過ごし方)

ストロークを基本に時間の使い方を考えてみます。生きがいのある時間の使い方をしていきますか?

ストローク

(すべてはふれあいから)

自分の存在も相手の存在も認め合うことの大切さを感じてみましょう。

自我状態

(心のなり立ち)

人にはP・A・Cの3つの心があります。心の成り立ちを知り、この3つを用いて自分の「今ここ」の心の状態を考えていきます。

人生脚本

(自分で描いた人生のシナリオ)

自分の人生の主人公は自分です。自分の脚本は自分で選択し作ることができるのです。

心理ゲーム

(いつものトラブルパターン)

知らないうちに繰り返している行動パターンはありませんか?気付いて手放すことで自ら変わることができるはず。

対話分析

(コミュニケーション)

人との関わりはなくてはならないものです。あなたはどのように人と関わっていますか?お互いの自我状態から考えてみます。

人生態度

(人生の基本的立場)

自分や相手への信頼感がありますか?自分もOK、相手もOKという相互理解の関係を目指します。