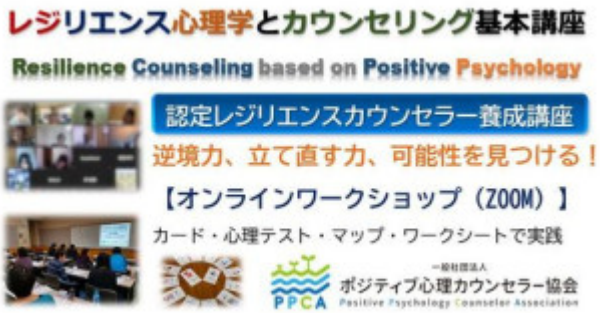
★認定レジリエンス・カウンセラー養成講座(オンライン)
2023年11月18-19日(土日)(初心者歓迎)



2023年11月18日（土）
■【認定レジリエンス・カウンセラー養成講座】(オンライン)
11月18-19日（土日）9：00から17：30（初心者歓迎）
―――――――――――――――――――――

【イベントサイト】：逆境力を身につけ、支援者になるために
【概要】：https://bit.ly/30ldpRz
【申込】：https://bit.ly/30nuaeP
＊ワークショップ形式のため少人数制
＊講座の価格を据え置きです。
―――――――――――――――――――――

■【レジリエンス・カウンセリングとは何か？】レジリエンスの心理学，脳科学，逆境力を高めるための様々なコミュニケーション・スキル，質問法，思考法，フィードバック法，アセスメント技法を学ぶ。レジリエンス講師にもオススメ！
―――――――――――――――――――――

＊【特典】【ワークショップレポートPDF】をプレゼント。参加型のアプリを活用し、参加者の皆様と内容を共有します。参加することで体験的に理解できるようになり、共有した結果を参加者全員にPDFにして進呈致します。
―――――――――――――――――――――

■今ある困難な状況から，立ち上がっていくためのスキルを学びます。
―――――――――――――――――――――

■【レジリエンス・カウンセリングとは何か？】
逆境力を高めるための様々なコミュニケーション・スキルとアセスメント技法を学ぶ。
―――――――――――――――――――――

＊APA（アメリカ心理学会）、ハーバード大学、ミネソタ大学，ペンシルバニア大学などが提唱したモデルなどをまとめて整理した、新しいプログラムとアセスメントも活用します。
―――――――――――――――――――――

※国内外の研究と我が国で「レジリエンス」に関わる調査や実証を元に，我が国において，効果が見込めるアプローチを統合的に活用するカウンセリングプログラムです。
人間関係などにも有効なプログラムです。
―――――――――――――――――――――

※この講座は，国際的に活用されているレジリエンスの心理テスト（ブリーフレジリエンス尺度日本語版 Brief resilience scale）を北海道医療大学教授，心療内科医
森谷満先生ともに共同で翻訳，調査をおこなっております。
―――――――――――――――――――――

＊経産省が公表した健康投資管理会計ガイドラインにて、Brief Resilience Scale日本語版の活用が推奨されております。
このレジリエンス尺度を基盤として，本格的なワークショップを開催いたします。

＊国際ポジティブ心理学会（World Congress on Positive Psychology)などの最新情報紹介やワークなども取り入れています。

【レジリエンス心理学とカウンセリング】：
逆境を乗り越えるため心理学とカウンセリング技法

【内容】：「レジリエンス」とは、語源は，ストレスから立ち直る回復力，逆境力とされています。
また，レジリエンスは，人や組織が困難、課題、変化を乗り越え，ストレスからの解放，内に秘めた幸福や発想力の源を発見する技術でもあります。
そして，未来に向けて，精神的な忍耐力を作り，新たな可能性を作る技術です。
様々な困難を乗り越える経験は，人生の大きな糧になります。

さらに，ポジティブ心理学を基盤としたカウンセリング技法を活用することにより，他者に対して，より素晴らしい支援を行えることができます。

本講座では，「レジリエンス」に関わる心理学と脳科学について体系的に学ぶことができます。
また「レジリエンス」
に関わる理論を実践するため活用したカウンセリング技法を実践します。

レジリエンスのアセスメント，心理テスト，フレームワークを活用したワークシート，カードゲームを活用し実践します。
※内容は，状況に応じて，変更される場合がございますので，ご了承願います。

※この講座は【認定レジリエンスカウンセラー（初級）】養成講座で認定資格も取得できます。
（通常6回以上の参加が必要ですが，２日間で体系的に習得します。）有資格者は，認定証だけでなく，ワークシートなどの利用権も取得できます。
資格の取得は必須ではありません。なお，受講後でも1ヶ月以内でしたら，資格認定の申請が可能です。そのため気軽にご参加ください。
※この講座は，ポジティブ心理カウンセラー（マスター）への単位ポイントにもなります。

■これまで，参加されたり，資格を取得された方の中には，精神科医，内科医，産業医，保健師、看護師，臨床心理士，精神保健福祉士，大学教授・講師，小中高校の教員，監督・コーチ，官公庁職員（厚生労働省、法務省、防衛省など），法務教官，刑務官，家庭裁判所調査官，産業カウンセラー，キャリアコンサルタント，社会保険労務士，介護士，経営者，人事管理職、ビジネスコンサルタント，宇宙事業（宇宙飛行士訓練），キャリア・人事関係者，人材ビジネス関係者，メディア関係者，出版社，編集者，旅行代理店，ミュージシャン，専業主婦，高校生，大学生，大学院生など，多彩な職業や学生の方にお越しいただいております。

【1日目】
【レジリエンス心理学とレジリエンスカウンセリングの基本】

---

(1)「レジリエンス」とは何か？ 逆境を乗り越えていくため心理学と脳科学とは何か？
レジリエンスの本質とまとめ

APA，ハーバード大学，ミネソタ大学，ペンシルバニア州大学などのまとめ
(2)「レジリエンス」に関わる定義，言葉，名言とエピソード。
(3)レジリエンスのこれまでのまとめ（メタ分析などから）
●ストレス対処とレジリエンス
●レジリエンスとストレス，幸福感，楽観主義，ポジティブティ
●センスオブコヒアランス など
●レジリエンスと脳科学
(4)「レジリエンス」のアセスメント技法
レジリエンスとの心理テストを活用したワーク「レジリエンス」に関わる質問法
(5)「レジリエンス カウンセリング」 逆境力を高めるカウンセリング技術とは？
レジリエンスカウンセリングの見立てとフォロー 手順について
レジリエンスに有効なカウンセリング技法，ポジティブ心理療法とは何か？
(6)「レジリエンスを高める思考法」とは何か？

【２日目】： レジリエンスカウンセリングの応用編

---

(1)レジリエンス・カードゲームを活用したカード技法（コミュニケーション・トレーニング）
(2)APAのレジリエンス・スキルを活用したアセスメント技法
(3) ポジティブ心理療法を活用したレジリエンス向上のワーク
(4) 「レジリエンス カウンセリング」とセルフトーク，ナラティブアプローチ（物語療法）
(5) 「レジリエンス」に関わる職業別レジリエンス，応用レジリエンス。
(6) 「レジリエンス」とイメージ技法(認知と行動アプローチ)
(7) 「レジリエンスのためのリカバリースキル ，コンパションアプローチ
レジリエンスとマインドフルネスの関係性
※内容は，変更される場合がございます。予めご了承願います。

【講習費】：銀行振込，クレジット，コンビニ払い，Pay-easy
※入金を持って受講の権利が得られます。当日，領収書を発行致します。
①1日入門コース11,000円 ※入門のみ
②２日間参加（実践と応用）22,000円 ※資格認定は2日間必須
③資格認定コース11,000円＋33,000円（講習費1日半額及び資格認定
④再受講（11,000円）※新しい資料が取得できます。
（カラー資料，ワークシート，カードゲーム（ケース付き），修了書）

★資格認定コースは，1日分の講習料（11000円）が割引になります。また，上記に加えて履歴書に資格（認定レジリエンスカウンセラー）として掲載できること，印刷した資料だけでなくPDFやWordファイルが得られます。また，資料やツールの使用権が獲得でき，授業や講義，社内研修などで利用することができます。

【申込方法】：後日，確認メールなどをお送りするため，まず，
WEB申込フォームからお申し込みをお願いします。

【お問い合わせ】 ※また，どうしても，WEB申込が難しい方は，以下でも受け付けております。

【ワークショップイベント情報】
https://www.positive-counselor.org/event/

【ワークショップ・キワード】

#レジリエンス #逆境 #サバイバル
#ポジティブ心理学 #カウンセリング
#心理療法 #ポジティブ心理療法
#認知行動療法 #解決志向療法
#ハーディネス #心理テスト
#カードゲーム #ポジティビティ
#回復力 #ストレス対処
#ポジティビティ #脳科学
など

■一般社団法人
ポジティブ心理カウンセラー協会 事務局
https://positive-counselor.org/

【イベントの詳細については】
https://www.facebook.com/events/1315230995774615/

Generated by ぷれりりプレスリリース
https://www.prerele.com