

自分にゴほうび・目からウロコの  
使える心理学

# 選択理論 ワンデー セミナー



基礎学習&ロールプレイ  
(模擬カウンセリング)

**2008年 8月 2日 (土)**

場 所：ホテル みかめ本館 研修室

愛媛県西予市三瓶町朝立 1-548-2  
TEL. 0894-33-2001

時 間：9：30～15：30 (開場9時～)

参加費：5000円 (税込み) (定員30名)

お申込み先：FAX 0894-34-0569 (井上)

TEL 0894-33-3331 (本田)

HP：日本選択理論心理学会西予支部

<http://www.mikame-c-c.net>

TEL 0894-25-2913 (大野)

講師 柿谷寿美江 先生



ロサンゼルス・コミュニティ  
カレッジ、イリノイ州ウー  
トン大学卒業、ジョー  
ジア州立大学大学院  
および心理学院  
で学ぶ。

臨床心理士。日本  
カウンセリング学会認定カウンセラー。W.グラ  
ッサー協会認定上級インストラクター。日本  
選択理論心理学会認定カウンセラー。  
全国でリアリティセラピーの集中講座の講  
師をつとめる。より良い人間関係づく  
りをテーマにセミナー・講演活動に励む。  
3人の男の子の母。

事務局

〒796-0907 愛媛県西予市三瓶町朝立 7-122-1

日本選択理論心理学会西予支部 クォリティ・コミュニティをめざす会 (太陽ファーム内)

代表 本田 真喜

選択理論は、米国の精神科医ウィリアム・グラッサー博士によって提唱され、著書「現実療法」と実績によって一躍世界で注目されるようになりました。選択理論を一言で言えば、「変えられるものと変えられないものを区別し、変えられるものに焦点をあてる」ということです。変えられないものは他人と過去、変えられるものは自分と現在そして未来と考えます。自分の目標や夢に向かって、良い計画を立て現実的な願望と欲求を満たしながら、より良い人生を送るために役立つ心理学です。

また、選択理論を実践することによって、人間関係とくに身近な重要な人間関係(親と子、夫と妻、教師と子ども、上司と部下)が良好で快適なものになります。

新しい心理学として注目を集めている選択理論を、この機会に是非、ご一緒に学んでみませんか？  
お誘い合わせの上、ご参加をお待ちしております。