

遠山牧師・プロフィール

岐阜県の大垣教会・恵那教会牧師を経て、現在静岡教会牧師

メンタル心理カウンセラー、上級心理カウンセラー

トータルカウンセリングスクール、JTJ 宣教神学校においてカウンセリングを学ぶ

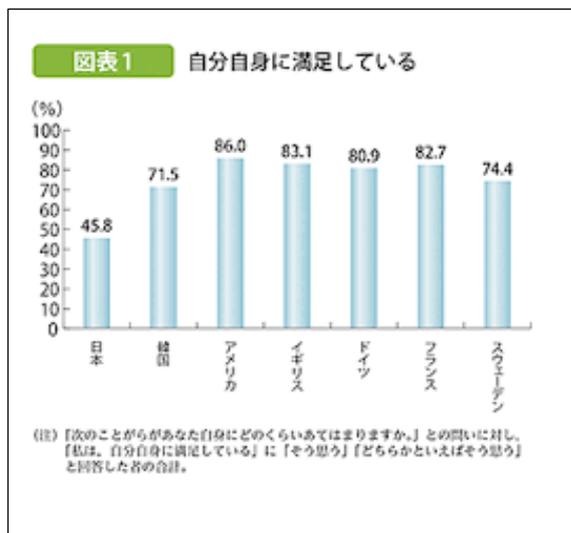
武蔵野大学・人間科学部臨床心理コースにおいて人間関係のあり方を学ぶ

「子どもの虐待ネットワーク愛知」の電話相談員を務める



新型コロナウイルスのパンデミックにより世界は大きく変わりました。不安や恐怖、孤独などストレスを感じなかった人はいないのではないのでしょうか。特に、若い世代の方々の自死が非常に多くなっていることに心を痛めています。

現代の社会を生きる上で、心の健康は重要な課題です。以下の図は、内閣府から出ている「自分自身に満足しているか否かの国際比較」「自己肯定感と家族関係・職場生活との関係」です。日本では自己肯定感（セルフイメージ）の低い方が多く、今の生活の満足を感じたり人間関係を構築するのに困難を感じている方が多いことが分かります。



※この講座は、次のような方々のために企画いたしました。

- ・自分に自信が持てない方
- ・日常生活に豊かな人間関係を築いていきたい方
- ・人生の目的を知りたい方
- ・一度限りの人生を実りあるものにしたいと思われる方
- ・子育ての具体的なあり方を知りたい方
- ・人生の奥義を知るだけでなく、自分を生かし、人を生かすために。

この講座の内容・項目

- ・現代社会と心を育てること
- ・自分らしい人生・個性とは
- ・無くてならぬもの
- ・エンパワーメント
- ・日本人の特性を知る
- ・「受容」することについて
- ・タイプによる理解
- ・優先順位について
- ・セルフイメージとは
- ・アフメーションについて
- ・ラポールとペーシング
- ・リスニングスキル
- ・セルフイメージを上げる
- ・自分の使命の見つけ方
- ・目的を明確にする
- ・心の平安をいただくために

この講座は、参加された皆様が、自分自身と向き合うとともに、自己肯定感を高めることが出来るように、また、様々な人々との出会いを気持ちよく持つていくことが出来るように、そのお手伝いをさせていただくものです。きっと参加された皆様が、「この講座に参加することが出来てよかった」と思えるものになると思います。ぜひご参加下さい。お待ちしております。