

H24年度県民講師チャレンジ講座「ちょっとしたコツで毎日がたのしくなる ポジティブ・シンキング講座」を開催しました！

県民講師チャレンジ講座は、公募により県民が自ら講師となり、講座を開催する事業です。

講座名 「ちょっとした考え方のコツで毎日が楽しくなる ポジティブ・シンキング講座」
講師名 松尾 節子（THA協会 認定セラピスト）
日時 平成25年3月23日（土） 14:00～15:30



講師の松尾さんは、「自信が持てず、活動の場はあるのに、自分の力や才能を上手く表現できずにいる人の考え方をポジティブな方向に転換して、力を発揮してほしい」という思いで講座を開催されました。

講座では、過去の出来事が現在の心に影響を与える仕組みや、それを乗り越える方法を学びました。また、普段の行動を振り返り、目標を明確にするワークを行いました。

後半では、ヒプノセラピー法を体験し、一人でもできるセルフセラピー法を学びました。



【講座に参加した方の感想】

- 心の仕組みについて、もっと深く知りたと思った。
- 改めて、考え方や行動（笑顔）が大事だと思い出した。
- 話術が面白くて、すんなり聴講できた。具体的な手法も学べて良かった。



松尾さんの今後の講師としてのご活躍を応援しています！

[<< 戻る](#)

[↑ このページの上へ](#)



 [アクセス・交通機関のご案内](#) ▶

 [お問い合わせ/ご意見・ご要望](#) ▶

アバンセ

佐賀県立男女共同参画センター・佐賀県立生涯学習センター

〒840-0815

佐賀県佐賀市天神三丁目2-11(どんどんの森内)

TEL:0952-26-0011 FAX:0952-25-5591

【指定管理者】[公益財団法人 佐賀県女性と生涯学習財団](#)

Copyright (C) 2011 Avance All rights reserved

開館時間

火曜～土曜日:8時30分～22時00分

日曜・祝日:8時30分～17時00分

(ホールは22時00分まで)

休館日

毎週月曜日(祝日も含む)

12月29日から翌年1月3日まで