

ぶれない心をつくるための**オンライン**セミナー
新セルフイメージ
(ベーシック)

「私、このままでいいのかな。」

自分が嫌になる...

「この先どうなるのかな？」

将来が不安...

「あの人にどう思われているんだろう？」

人の目が気になる...

様々な不安、自分自身や人間関係での悩み。
実はそれがあなたの魅力を引き出す扉となります。

自分にOKしているところもダメ出ししているところも、「この私がい
い」と○をつけることで、本来の自分を最高に生きられます。この機会に
ぜひ、世の中や周囲の人がどのように変わっても、ぶれない心の土台をつ
くりませんか？

2023年

夜クラス
(19:00～21:00)

1/26(木) 2/23、3/23、4/27、5/25
6/22、7/27、8/24 ※全て木曜日

午前クラス
(10:00～12:00)

1/28(土) 2/25、3/25、4/29、5/27
6/24、7/29、8/26 ※全て土曜日

- ▶受講料：38,000円（入金方法は申込み後にお知らせ致します。）
- ▶対象者：心の世界に興味のある19歳以上の方
- ▶受講方法：ZOOMを用いてのオンラインセミナーとなります。
- ▶申込方法：詳細は裏面にございます。

※再受講の方は割引とさせていただきますのでお問合せ下さい

申込締切
1/19(木)

新セルフイメージ（ベーシック）全8回内容

※内容が変更となる
場合があります。

テーマ	内容
豊かなセルフイメージ がもたらすもの	幸せな人の条件は、“自分が好きである”という事です。豊かな人生を生きるマ スターキーを学びます。
本当の自分との出会い	インナーチャイルドとは、無意識の中にある“子ども”の自分です。 本当の自分と出会う演習をします。
セルフリフレーミング	自分の隠された長所を発見し、自分の可能性を見出します。
あなたの輝き再発見	自分の中には、まだあなたが気がついていない宝がたくさんあります。その宝を 発見する学びです。
究極の自己受容	人は本来の自分に出会うとき、真の充足感、充実感を味わいます。投影（相手の 言動に映し出されたもう一人の自分）を使って自己受容の深みを学びます。
ポジティブアスキング アフォーメーション	脳を活性化させる質問の仕方を学びます。今の自分が未来に向かってさらに輝き ます。
逆説的アプローチ	新たな自分を発見し、ダイナミックに自分を受け入れ、とらわれから解放される 方法。
自分を最高に生きる	自分の中に宝を見出すと、人は自ずと成長していきます。自分を最高に生きる秘 密を学びます。



控え目であることが美德と教えられ育ったのですが、控え目はいつしか自己イメージの低さになっていました。その低い自己イメージが人生シナリオを大きく動かしていたことも分かり始めました。感情が動いたときに自分を発見し受け入れ容認し、この程度でも、どの程度でも、自分を感謝してありのままを愛していくこと。こうして更新されていく自己イメージは意志の力で作り上げる自己像よりも私の人生を豊かにすることを知りました。
(石井信子様)

30年ぶりのこのセミナーは、さまざまな人生の経験を経た私にとって、さらに、深く感動的な気づきをたくさん与えてくれました。特に心に残ったことは「自分を大切にする」です。何度も耳にしてきたはずのこの言葉が、まるで初めて聞くかのように私の心の中に、静かに根を下ろし始めたように思います。まずは、自分の心を見つめ、慈しみ、慰める、これが本当に大切なんだという事が、よく分かりました。このセミナーに参加して、本当によかったです。
(井上智子様)

〈主催・お申込み先〉

オンラインセミナー「新セルフイメージ」参加、クラス名（夜クラスor午前クラスのどちらか1つ）、住所、氏名、電話番号、生年月日、性別を明記し、Eメールもしくは、ホームページからお申込み下さい。

e-mailアドレス



質問などお気軽に
ご連絡下さい♪

●TCSホームページ <https://www.e-tcs.com>

●e-mail info@e-tcs.com

トータル・カウンセリング・スクール（TCS）事務局
〒992-0045 山形県米沢市中央3-5-12
TEL 0238(23)6439 FAX 0238(23)6440

開始前の キャンセル

手数料1000円を
差し引いて返金