

SMILE



SMILE（スマイル）とは、Seminar of Mother(Father)-child interaction with Love and Encouragementの頭文字を略したもので、日本語にすると、愛と勇気づくりの親子関係セミナーという意味です。勇気づけとは、困難を克服する力（勇気）を与えることです。

スマイルは、**アドラー心理学**をベースに、親と子のコミュニケーション方法についてプログラム化したもので、日本人によって日本人向けに考えられました。

スマイルは、親子関係以外にも職場、友人、嫁姑、隣人など、あらゆる対人関係に活かします。勇気づけができるようになると、自分も好きになり、他人との相互信頼が築けるので、楽しく人づき合いができるようになります。

スマイルは、講師が一方向的に伝えるのではなく、ディスカッションやロールプレイといった**実習**を中心に進めていきます。

内容

- 1章、子どもの行動を理解しよう。
- 2章、聴き上手になろう。
- 3章、子どもを勇気づけよう。
- 4章、誰の課題でしょう。

- 5章、 子どもを傷つけないで意見を伝えよう。
- 6章、 体験を通じて学ぶ機会を与えよう。
- 7章、 新しい家族のあり方。
- 8章、 社会性のある子どもに育てよう。

EGG



EGGとは Encouragement Group Guidance 勇気づけとグループガイダンスのプログラムは、アドラー心理学の勇気づけという概念・手法をもとにしています。勇気づけは、現代の子育てや人間関係においてとりわけ必要であり、大切なものであるとわかっています。

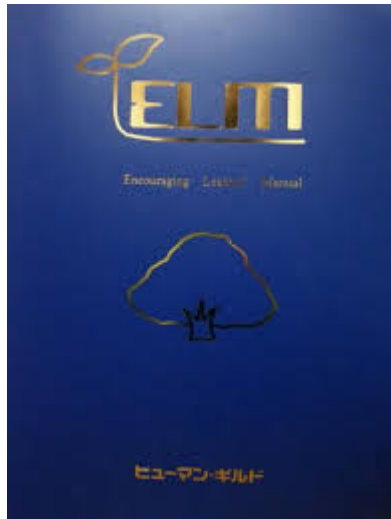
EGG・勇気づけプログラムでは、勇気づけとはどのようなことなのか、どのようにすれば身につけられ、実践できるのかを、いろんな実習をしたり、体験をまじえて話し合ったり、知識の整理をして学んでいくように構成されています。勇気づけを学ぶと、きっと日々の生活の中で役立てていただけることでしょう

内容

- STEP 1 勇気づけとはどういうことなのか
- STEP 2 どのようにしてやる気は失われるのか
- STEP 3 勇気づけるための基礎
- STEP 4 勇気づける聴き方
- STEP 5 勇気づけるこたえ方

- STEP 6 勇気づけるための実習
- STEP 7 やる気を失う場面とかかわり方
- STEP 8 自分を勇気づけて自尊心をもつ

ELM



ELM（エルム）とは、Encouraging Leader's Manual の略で、アドラー心理学に基づく「勇気づけ」が短時間で学べる講座です。

あなたは、周りの人を褒めていますか？それとも勇気づけていますか？

褒めることと、勇気づけることは似ているようで異なります。

あなたは褒められたいですか？それとも勇気づけられたいでしょうか？

「褒める」ではない「勇気づけ」は、困難を克服する活力を与えることで、相手の関心に配慮しながら、対等な人間として言葉をかけることです。

ELMはあなたが「勇気づけられる」だけでなく、あなた自身が周りの人たちを「勇気づける」リーダーにもなれる講座です。

内容

- 1章 さまざまな見方・考え方の存在を認める
- 2章 聞き上手になろう
- 3章 言い方を工夫しよう

- 4章 感情と上手につきあおう
- 5章 自分のスタイルを明確にする
- 6章 セルフ・トークを意識する
- 7章 目的を意識する
- 8章 自分の人生を引き受ける
- 9章 自分のよさを再発見する
- 10章 あたりまえの価値を再確認する
- 11章 物事を前向きに考える
- 12章 勇気づけをする