

『毎日がより楽しくワクワクする生き方講座』

～アドラー心理学で自分の本音を見つける～

「自分らしく生きよう」「やりたいことをやろう」よく耳にする言葉ですが、どうみつけたらよいのでしょうか？

アドラー心理学を通じて自分の本音・目的を見つけていき、毎日が楽しく充実する方法をお伝えします

「アドラー心理学」とは？



アルフレッド・アドラー

(オーストリア出身・1870-1937年)
心理学の三大巨匠の一人
「個人心理学(アドラー心理学)」の創始者

Point2 「目的論」



変わりたいけど、変わらない…

変わらないのではなく
「変わらない」ことを
自分で決断している

2025年2月23日(日)

10時～11時30分

場所：町民センター 視聴覚室

対象：町内在住、在勤の方 先着30名

講師：小泉 健一 氏(ライフコーチ、作家)

申込み：1月13日(月)9時から

電話(74-2333)、または二次元バーコード



《プロフィール》 小泉 健一 (こいずみ けんいち)

藤沢市出身。1988年生まれ。ライフコーチ・会社員・作家

大学卒業後、入社した会社の営業職に就く。30歳の節目に近づき自分の理想のライフスタイルを実現するためアドラー心理学の考え方をベースに「ひとりひとりが心からやりたいことのできる世界を作る」をビジョンとして、コーチングに、執筆に、活動中
代表作に『今さらだけどアドラー心理学を実践してみたらすごかった!』