

10) 交流分析 (TA) で学ぶ心のあり方



講座内容

交流分析 (TA) は、人がどのように考え、感じ、行動するのかをわかりやすく理解するための心理学です。本講座では、「人は誰でも OK である」という TA の基本的な考え方を出発点に、安定した心のあり方、日常のコミュニケーションのしくみ、ストレスがかかったときに現れやすい心の動きを取り上げます。理論を生活に結びつけながら、自分らしく生きるためのヒントを 4 回にわたって学びます。

講座情報

講師	開催期間	受講対象者 定員	受講料	応募期限
小川 邦治 人間科学部 教授	6月23日～7月14日 毎週火曜日 18:30-20:00	一般 20名	一般 4,000 円 (全 4 回分)	6月2日(火) 必着

講座責任者：人間科学部 教授 小川 邦治

必要な教材

特になし。講座内で使用する教材は講師がご用意いたします。

講座形式 対面形式

会場：西南コミュニティーセンター（西南学院大学内）※都合により、予告なく会場を変更する場合があります。

コースのスケジュール

	開催日	内容・講義テーマ	
	6月23日(火)	オリエンテーション（初回講座開始 5 分前より）	社会連携課
1	6月23日(火)	健康な人生のために（人生の立場）	人間科学部 教授 小川 邦治
2	6月30日(火)	私とは一体何か？（自我状態モデル）	
3	7月7日(火)	自分を大事にする方法（ストローク）	
4	7月14日(火)	ストレスと上手につきあうために	