

2006年4月～2008年9月までの地域勉強会実績一覧

2006年度 地域勉強会サマリー (4月～3月)

開催日	会場	内容サマリー
4月19日	カトリック西舞鶴教会	傾聴訓練。相手の話に自分で感じ取ったことを書き、さらに心の状態を見るプロセススケールで自分自身を分析する。
4月23日	横浜市内	ロジャーズの19の命題は、命題1を徹底して話し合い、自己事例をだしていただいた。ストレス曲線の自己の体感を確認。
4月26日	カトリック西舞鶴教会	傾聴訓練。話を聞き、感じた事を体感・五感で自分自身の言葉で書く。(できればお話をさせていただく)
5月3日	カトリック西舞鶴教会	愛の原型。自己愛パースナリティ障害1.2.
5月9日	カトリック西舞鶴教会	自己愛パースナリティ障害3.4.
5月10日	カトリック西舞鶴教会	自己愛パースナリティ障害3.4.
5月12日	福知山、京都府立中丹勤労者福祉会館	A.Aの仲間の方と傾聴と、肯定的配慮の自然体を体験。自己愛パースナリティ障害1.2.
5月17日	カトリック西舞鶴教会	自己愛パースナリティ障害5.6. 事例を話し合う。
5月21日	八王子市由木東市民センター	今まで、WACグループリビングの森で勉強会を開催していた仲間。フォーカシングの説明。ロールプレイ。心の状態を見るプロセススケール
5月23日	カトリック西舞鶴教会	自己愛パースナリティ障害7.8. 事例を話し合う。
5月24日	カトリック西舞鶴教会	自己愛パースナリティ障害7.8. 成育史の話で遺伝・環境・老化について話をする。
5月24日	日ノ出町アートランド	壁に掛けられているロコサトシさんの作品を鑑賞しながら、気になる絵を語ってもらいました。
5月26日	福知山、京都府立中丹勤労者福祉会館	A.Aの仲間の方と自己愛パースナリティ障害3.4.5.6.7.8
5月28日	八王子市由木東市民センター	フォーカシングの2回目。写真集「熊野」(石橋睦美著)を使って、写真を選んでもらい、発表してもらう。心の状態を見るプロセススケール。
5月28日	横浜市内	ロジャーズ命題2について語り合いました。
5月30日	カトリック西舞鶴教会	(芸術療法) 絵画鑑賞を中心に無意識の意識化を図る(言語表現). シャガールのグラジオラスの花の絵使用
5月31日	カトリック西舞鶴教会	シャガールの絵画鑑賞を中心に無意識の意識化。自己の感情と五感を呼び覚ます訓練(言語を表現する)。

6月7日	カトリック西舞鶴教会	心理療法上の必要にして十分な6つの条件。成育史の中で愛された生活上の場面の一つ一つを言います。
6月9日	福知山、京都府立中丹勤労者福祉会館	シャガールのグラジオラスの絵画鑑賞。無意識の意識化。
6月14日	日ノ出町アートランド	日々の感情生活を語り合う。テキストを使って六条件の確認と、それにまつわる自己事例を語り合う。CULLカリタスカウンセリングの原理の確認。
6月14日	カトリック西舞鶴教会	第9回カール・ロジャーズの6つの条件。第1ポイント～第4ポイント
6月16日	福知山、京都府立中丹勤労者福祉会館	第4回カール・ロジャーズの6つの条件 第 のポイント 傾聴することにより建設的な体感を取りもどす。
6月18日	八王子市由木東市民センター	フォーカシング3回目。石川啄木の一握の砂を題材にし気に入った短歌を選び、感想を語って頂いた。心の状態を見るプロセススケール
6月20日	カトリック西舞鶴教会	第5回カール・ロジャーズの6つの条件。第5～第6のポイント 6つの条件を終り、ロールプレイを行なう。
6月21日	カトリック西舞鶴教会	第10回 第二章カール・ロジャーズの6つの条件。第5、第6のポイント 終り。ロールプレイ(傾聴訓練)、事例研究
6月25日	横浜市内	ロジャーズ命題2を意識しながら命題8について語り合いました。自己の素直な感情と、好きか嫌いかの判断、自分の直感を信じる大切さを話しました。
6月28日	カトリック西舞鶴教会	ロールプレイ。観察者も自己表現する。
6月28日	日ノ出町アートランド	日々の感情の流れや身の回りの出来事を語り合いながら、自己愛パーソナリティ障害を読み、知識を得ることで自己防衛することができることを学ぶ。
7月5日	カトリック西舞鶴教会	第12回ロールプレイ
7月7日	中丹勤労者福祉会館	第5回カール・ロジャーズの6つの条件 第二章 第2のポイント クライアントの不調和、第3のポイント 純粋と一致。
7月12日	カトリック西舞鶴教会	第13回心の状態を見るプロセススケール 第3章 心を健全にする目のつけどころ。第 ストランズ 感情・個人的な意味づけ 第2ストランズ 体験過程。
7月14日	福知山、京都府立中丹勤労者福祉会館	第6回第2章 カール・ロジャーズの6つの条件 第4～6ポイント
7月16日	八王子市由木東市民センター	ロジャーズのパーソナリティ理論を話し合う。心の状態を見るプロセススケールと傾聴訓練評価表を勉強。
7月19日	カトリック西舞鶴教会	第14回プロセススケール 第3ストランズ 不一致から愛の正常と異常を考察 第4ストランズ 自分を上手に語る。第5ストランズ 体験の解釈から考察
7月26日	カトリック西舞鶴教会	第15回心の状態を見るプロセススケール 第6ストランズ問題に対する関係。 第7ストランズ何故親密になることを恐れるか。
7月26日	日ノ出町アートランド	アートランド第5回 前半はストレスになり、気になっている事柄を語り、後半は「生き甲斐の心理学」のABC理論の再確認
7月28日	高尾の森わくわくビレッジ	フォーカシングの勉強とロールプレイング

8月13日	八王子市由木東市民センター	第一章「愛の領域 自己愛パーソナリティ障害」4ページまでを読み合わせ、感想を述べ合ったり、質疑応答で理解を深めた。
9月5日	カトリック西舞鶴教会	第4章 人の心をどうしたら上手に傾聴できるか。(無防備)(共感)に関して理解を深めた。
9月10日	八王子市由木東市民センター	第一章「愛の領域 自己愛パーソナリティ障害」自分の成育史について、時代背景を話題にしつつ話し合う。人間の本質は不安をテーマに語り合う。
9月12日	カトリック西舞鶴教会	第4章 人の心をどうしたら上手に傾聴できるか。(受容性)、(間)の理解を深める。
9月13日	日ノ出町アートランド	成育史上の体験を語ってくださり、それをもとに、エリクソンの説明。後半は第2、3領域について、アイデンティティの統合について、エンカウンター。
9月13日	カトリック西舞鶴教会	第4章 人の心をどうしたら上手に傾聴できるか。(無防備)、(共感性)の理解を深める。
9月19日	カトリック西舞鶴教会	第4章 理解する努力は永遠の問題。(理解力)、(熱意)の理解を深める。
9月20日	カトリック西舞鶴教会	第4章 (受容性)あるがままに受け入れる、(間)合いについて理解を深める。
9月22日	福知山、京都府立中丹勤労者福祉会館	第3章 心を健全にする眼のつけどころ。第3ストランズ、第2ストランズの理解を深める。
9月23日	八王子市由木東市民センター	第一章「愛の領域 自己愛パーソナリティ障害」感情の原型、愛の原型について理解を深める。成育史についてエリクソンの表を見ながら語り合う。
9月24日	横浜市内	日頃、抱えている問題を中心に、テキストを総チェックする。
9月26日	松戸ヘルパークリニック	ヘルパーさんの精神衛生をセルフコントロールとして対処する基本方法。暗い感情をどう対処するか、ストレス曲線を中心に説明。
9月27日	日ノ出町アートランド	今後のビジョンなどを語り合いました。
9月27日	カトリック西舞鶴教会	第4章 理解する努力は永遠の課題。感情の曼荼羅について。(熱意)人を好きになれますか。
9月29日	福知山、京都府立中丹勤労者福祉会館	第3章 心を健全にする眼のつけどころ。第3ストランズ(不一致)、第4ストランズ(自己の伝達)、第5ストランズ(体験の解釈)の理解を深める。
10月4日	カトリック西舞鶴教会	第19回 第5章 暗い感情の領域、不安および怒り
10月6日	福知山、京都府立中丹勤労者福祉会館	第9回 第3章 第6ストランズ、第7ストランズ
10月8日	八王子市由木東市民センター	成育史について語り合う。第1章 愛の領域の事例をもとに誇大感に着いて話し合う。事例をABC理論で説明する。
10月10日	カトリック西舞鶴教会	第20回 第5章 暗い感情の領域 身体症状

10月13日	福知山、京都府立 中丹勤労者福祉 会館	第10回 第4章 人のこころをどうしたら上手に傾聴できるか？（無防備）、（共感性）
10月18日	カトリック西舞鶴 教会	第21回 第5章 暗い感情の領域（ウツ）
10月20日	福知山、京都府立 中丹勤労者福祉 会館	第11回 第4章 人のこころをどうしたら上手に傾聴できるか？（受容性）、（間）
10月22日	八王子市由木東 市民センター	自分史年表を使い、成育史を語り合う。第一章 愛の領域 「愛の原型」を話し合う。
10月24日	カトリック西舞鶴 教会	第9回 第5章 暗い感情の領域（錯乱）
10月25日	カトリック西舞鶴 教会	第22回 第5章 暗い感情の領域（身体症状）、（ウツ）、（錯乱）
11月1日	カトリック西舞鶴 教会	第23回 特殊講座 チベットの死者の書を参考に勉強
11月3日	福知山、京都府立 中丹勤労者福祉 会館	第12回 第4章 人のこころをどうしたら上手に傾聴できるか？（理解力）、（熱意）
11月3日	八王子市由木東 市民センター	自分史年表を使い、成育史を語り合う。第一章 愛の領域 「愛の原型」を話し合う。
11月7日	カトリック西舞鶴 教会	第10回 第5章 暗い感情の領域（錯乱）
11月8日	カトリック西舞鶴 教会	第24回 特殊講座 チベットの死者の書を参考に勉強
11月8日	日ノ出町アートラ ンド	第11回 日常の感情生活について語り合う。チベットの書の80の分別の第一章を使い気になるところを語る。葛を題材にした俳句を選び感情を語る。
11月10日	福知山、京都府立 中丹勤労者福祉 会館	第13回 第5章 暗い感情の領域（怒り）
11月12日	八王子市由木東 市民センター	「愛の孤独」を話し合う。自己愛パーソナリティ障害について話し合う。
11月15日	カトリック西舞鶴 教会	第25回 第5章 明るい感情の領域（平安感）
11月17日	福知山、京都府立 中丹勤労者福祉 会館	第14回 第5章 暗い感情の領域（身体症状）
11月21日	カトリック西舞鶴 教会	第11回 第6章 明るい感情の領域（平安感）
11月22日	カトリック西舞鶴 教会	第26回 第5章 明るい感情の領域（平安感）の2回目
11月24日	福知山、京都府立 中丹勤労者福祉 会館	第15回 第5章 暗い感情の領域（ウツ）

11月26日	横浜市内	日常の感情生活の話題を中心にABC理論を展開
11月26日	八王子市由木東市民センター	第一章 怖い、怖くない、好き、嫌いの感情を過去の成育史や身近な例で話し合う。
11月29日	カトリック西舞鶴教会	第27回 第6章 明るい感情の領域（友好的感情）
12月1日	福知山、京都府立中丹勤労者福祉会館	第16回 第5章 暗い感情の領域（錯乱）
12月5日	カトリック西舞鶴教会	第12回 第6章 明るい感情の領域（健康感）
12月6日	カトリック西舞鶴教会	第28回 第6章 明るい感情の領域（健康感）
12月8日	川崎市民アカデミー	何故、今日まで生き延びてこられたかを考える。暗い感情の領域を明確に意識化する重要性など、ABC理論の大筋を説明。
12月10日	八王子市由木東市民センター	幸福感と幸福の条件について話し合う。感情について話し合う。
12月13日	カトリック西舞鶴教会	第29回 第6章 明るい感情の領域（幸福感）
12月13日	日ノ出町アートランド	日々の感情生活を語りながら、ABC理論から自己実現まで。
12月23日	八王子市由木東市民センター	傾聴訓練表の復習。感情についての振り返り。ABC理論の事例説明。
1月10日	国東市内	思考、感情、行動、ストレス曲線、幸福曲線
1月12日	福知山、京都府立中丹勤労者福祉会館	第17回 A.A. チベット死者の書を利用して、自然体で自己開示する。
1月14日	八王子市由木東市民センター	自己愛パーソナリティ障害6,7,8
1月17日	カトリック西舞鶴教会	第30回 第6章 明るい感情の領域（健康感） 脳の仕組みの勉強
1月19日	福知山、京都府立中丹勤労者福祉会館	第18回 A.A. 明るい感情の領域（平安感）。
1月21日	八王子市由木東市民センター	「悔いの無い人生とは」第一回。何故今日まで生きてこられたか。
1月24日	日ノ出町アートランド	日常の感情の流れ。思考、感情、行動から見えてくる自己の傾向。
1月24日	カトリック西舞鶴教会	第31回 第6章 明るい感情の領域（統御感） 思考・感情・行動に触れながら事例発表。

1月28日	横浜市内	パースナリティ理論、19の命題。
1月31日	カトリック西舞鶴教会	第32回 第8章 ころを伸びやかにする方法。
2月4日	八王子市由木東市民センター	「悔いの無い人生とは」第二回。エリクソンの発達心理学。感情について。
2月7日	カトリック西舞鶴教会	第33回 第8章 ころを伸びやかにする方法。抑制。
2月14日	日ノ出町アートランド	思考、感情、行動を中心に勉強。
2月14日	カトリック西舞鶴教会	第34回 第8章 ころを伸びやかにする方法。昇華。
2月18日	八王子市由木東市民センター	「悔いの無い人生とは」第三回。愛の原型、傾聴について。
2月28日	カトリック西舞鶴教会	第35回 第8章 ころを伸びやかにする方法。合理化。感情転移。
3月4日	八王子市由木東市民センター	「悔いの無い人生とは」第四回。愛の原型。7つのストランズ。
3月7日	カトリック西舞鶴教会	第36回 第8章 ころを伸びやかにする方法。置き換え。知性化。退行。
3月14日	カトリック西舞鶴教会	第37回 第8章 ころを伸びやかにする方法。逃避。同一化。摂取。投影。
3月14日	越谷市内	カリタスカウンセリングの原理、感情生活について。
3月18日	八王子市由木東市民センター	「悔いの無い人生とは」第五回。自己実現。防衛機制他。
3月21日	国東市内	愛の原型、ストレス曲線、幸福曲線。
3月28日	カトリック西舞鶴教会	第38回 第8章 ころを伸びやかにする方法。反動形成。補償。

2007年度 地域勉強会サマリー (4月～1月)

開催日	会場	内容サマリー
4月11日	日ノ出町アートランド	近況を話会う中い、人間の本質は不安であることを確認。日々の思考、感情、行動を考える。
4月18日	国東市内	日常の話題、嬉しかったことを話し合い。日常でよく使う防衛機制について語り合う。

4月25日	日ノ出町アートランド	日常生活の話題から、発病のメカニズム、不安や怒りをノートに書き取る方法を勉強する。
4月29日	八王子市由木東市民センター	第7章自分を知る方法を話しあい、防衛機制も語り合いました。シャガールの絵画鑑賞療法の理解のため、シャガールの経歴と主な作品を勉強しました。
5月9日	カトリック西舞鶴教会	第43回 第10章 どうして治療したらいいの、パースナリティ理論 命題19の説明。
5月9日	日ノ出町アートランド	日常の体験を話しあい、幸福感について語り合う。発病のメカニズム、不安や怒りをノートに書く方法の説明。
5月16日	カトリック西舞鶴教会	第44回 第10章 どうして治療したらいいの、パースナリティ理論 命題19の事例説明。各自の事例を分析する。
5月16日	越谷市内	悩みから抜け出した体験を出し合う。
5月23日	カトリック西舞鶴教会	第45回 第10章 どうして治療したらいいの、パースナリティ理論 命題19の事例説明。各自の事例を分析する。
5月23日	国東市内	3Vの内容について。
5月23日	日ノ出町アートランド	自分の感情の意識化。防衛機制。現在の自分が使っている防衛機制を話し合う。
5月27日	横浜市内	日常の話題を中心に話し合う。
5月31日	八王子市由木東市民センター	「悔いのない人生」一回目。如何に生き残ることができたかを話し合った。ABC理論の概要説明。
6月5日	鎌倉市津	ABC理論の説明。第5章暗い感情の領域。
6月7日	鎌倉市津	第8章防衛機制
6月8日	鎌倉市津	ABC理論の説明。第7章自分を知る方法
6月9日	鎌倉市津	ABC理論の説明。第7章自分を知る方法
6月10日	八王子市由木東市民センター	傾聴のポイントとロジャースの命題19の説明
6月10日	鎌倉市津	ABC理論の説明。第6章明るい感情の領域
6月10日	鎌倉市津	ABC理論の説明。ロジャースの6条件。
6月11日	鎌倉市津	ABC理論の説明。第2章カールロジャースの6条件

6月13日	国東市内	俳句鑑賞から感情を意識化する。
6月13日	日ノ出町アートランド	朝起きてからの感情や体感を語っていただく。ABC理論とプロセススケールから現在の自分の分析。
6月14日	八王子市由木東市民センター	朝起きてからの感情の流れをABC理論を用いて分析。ストレス曲線を幸福曲線にした事例を話してもらう。
6月14日	鎌倉市津	ABC理論の説明。第4章人の心をどうしたら上手に傾聴できるか。
6月17日	鎌倉市津	ABC理論の説明。第3章心を健全にする目のつけどころ。
6月17日	鎌倉市津	ABC理論の説明。第1章愛の領域 自己愛パーソナリティ障害 1 - 5
6月18日	鎌倉市津	ABC理論の説明。第1章愛の領域 自己愛パーソナリティ障害 6 - 8
6月19日	鎌倉市津	ABC理論の説明。第10章どうして治療したらよいのか
6月24日	横浜市内	湧き上がる感情をカルテに書く。3Vの法則。
6月27日	カトリック西舞鶴教会	第46回 第11章カウンセラーの基本
6月27日	日ノ出町アートランド	朝起きてから夜寝るまでの自分の感情・体感について。前回から今日までの感情生活を語り、第3領域、第2領域の言語化して分析してみる。
6月28日	八王子市由木東市民センター	ねむの木学園のポスターからの湧き上がる感情から、ABC理論の説明。
7月4日	カトリック西舞鶴教会	第47回 第11章カウンセラーの基本
7月5日	八王子市由木東市民センター	プロセススケールの説明、傾聴訓練評価表
7月11日	カトリック西舞鶴教会	第48回 第11章 カウンセラーの基本
7月11日	国東市内	ストレス曲線と幸福曲線を意識して、悩みを傾聴する。
7月11日	日ノ出町アートランド	朝起きてから夜寝るまでの自分の感情・体感について。前回から今日までの感情生活を語っていただく。プロセススケールを使っての自己分析。
7月12日	八王子市由木東市民センター	プロセススケールの説明、今後の人生計画。
7月18日	カトリック西舞鶴教会	第49回 ABC理論

7月18日	高尾の森ワクワクビレッジ	感情の理解、傾聴の理解、グループカウンセリング
7月22日	横浜市内	自分の傾向を見直し、その対処法を3Vの法則で考える。
7月25日	日ノ出町アートランド	不安の感情についての自己分析。
7月27日	大分市内	友好的感情、健康感の説明。傾聴訓練によるロールプレイ。
7月29日	八王子市由木東市民センター	一週間の感情の変化。カールロジャースのパーソナリティ理論、命題8までを勉強。
8月8日	八王子市由木東市民センター	湧き上がる感情をねむの木学園、神宮美術館の特別展の画集を使って考える。
8月17日	国東市内	近況、心境を傾聴してから、「合理化」する傾向について話し合いました
8月18日	八王子市由木東市民センター	シャガールの絵を見ながら、ロジャースの19個の命題を考える。
8月22日	八王子市由木東市民センター	人により知覚が異なることを学ぶ。愛の原型、プロセススケールの概要。
8月24日	大分市内	友好的感情、健康感の説明。傾聴訓練によるロールプレイ。
8月29日	八王子市由木東市民センター	愛の原型から、ロジャースの6条件を考察。事例を元に傾聴を勉強。
9月1日	八王子市由木東市民センター	ロジャースの19個の命題を理解する。
9月2日	大分市内	発病のメカニズム、新生児期と乳幼児期の説明。子育てについての話し合い。
9月4日	大分市内	無防備についてを説明。傾聴についてロールプレイを行う。
9月5日	越谷市内	日々の感情生活、幸福曲線とストレス曲線について。
9月5日	八王子市由木東市民センター	嫌いな人を好きになる方法。フォーカシング。グループカウンセリング。
9月12日	国東市内	自己実現と考え方・心の防衛・現実吟味力を考える。
9月12日	八王子市由木東市民センター	生き甲斐への応用事例。自分史とエリクソンの発達心理学
9月12日	日ノ出町アートランド	夏の出来事を傾聴しあう。自己実現について自己分析をする。

9月12日	大分市内	無防備、傾聴についてを説明。傾聴についてロールプレイを行う。
9月14日	大分市内	幸福感、統御感の説明。
9月22日	八王子市由木東市民センター	ロジャースの19個の命題を理解する。
9月23日	横浜市内	夏の出来事、感情の流れを語る。今の自分に何が一番必要か、何を信じて生きていくかを傾聴しあう。
9月26日	日ノ出町アートランド	感情についての報告。自己実現について。
10月10日	日ノ出町アートランド	今日起きた時の感情を言語化する。防衛機制を語りながら自己分析をする。
10月11日	大分市内	治療目的の立て方、傾聴のポイント（感情を大切にすること）
10月12日	神奈川県民サポートセンター	傾聴について、6条件から話し合う。
10月13日	八王子市大和田市民センター	日常の話題を中心に、ロールプレイングの実習。治療方針の立て方を実際にやってみる。
10月13日	八王子市由木東市民センター	傾聴訓練について。
10月20日	八王子市大和田市民センター	一週間の感情の動きを中心に、ストレス曲線、高福曲線、プロセススケールについて具体的に学習
10月24日	日ノ出町アートランド	今日起きた時の感情を言語化する。夢 = 自己実現を語り合う。
10月27日	八王子市由木東市民センター	感情の理解について。
10月28日	横浜市内	今日起きた時の感情を言語化する。ABC理論の総点検。
11月7日	大分市内	今起きている事例から、治療目標の立て方を勉強する。
11月7日	染谷クリニック(狛江市)	医師の方とのタイアップで、患者の方の心の環境を整備することで、病状を改善する試み。何故、今日まで生き延びてこれたか。ストレス曲線を幸福曲線にする。
11月7日	府中市内	エンカウンターを例に自分を知る方法、防衛機制について学習。
11月9日	神奈川県民サポートセンター	防衛機制について、検証、検討。
11月10日	八王子市大和田市民センター	エンカウンターのとピックスト、自分を知る方法を中心に勉強。

11月14日	日ノ出町アートランド	近況を語りながら、自己実現に焦点付ける。感情の言語化。
11月25日	横浜市内	エリクソンの表を見ながら自己分析をする。自己実現について真善美を語り合う。
11月28日	日ノ出町アートランド	近況と感情について語り合う。真善美のどれを大切にしているかを語り合う。3Vの法則で自己実現を考える。
12月8日	八王子市由木東市民センター	自己実現について、ABC理論をベースに話し合う。
12月12日	日ノ出町アートランド	日常の想いや感情を語り合う。エリクソンを中心に成育史を語り合いながら、自己の不安の言語化。今年の春と比べての変化を自己実現を意識しつつ考える。
12月13日	八王子市大和田市民センター	何で生き延びてきたのかを話し合う。自己実現の問題。
12月14日	神奈川県民サポートセンター	傾聴、防衛機制的確認とABC理論の自己実現について話し合う。
12月15日	八王子市由木東市民センター	自己実現について、ABC理論をベースに話し合う。
12月22日	国東市内	今年一年を振り返り、どうやって生き抜いたか。幸福曲線への移行、傾聴、感情の流れの勉強。
1月9日	国東市内	ロールプレイング
1月9日	日ノ出町アートランド	日常の感情、不安感について語り合う。今年の目標として、どの防衛機制を意識していきたいかを語り合う。
1月11日	神奈川県民サポートセンター	自己実現の再確認。エリクソンの8つの人格形成と成育史。
1月19日	八王子市由木東市民センター	日常での意識について語り合う。真善美について語り合う。
1月23日	八王子市由木東市民センター	なぜ行き伸びられたかを考える。最近の感情の流れについて話あい。感情に関する理解をABC理論で説明する。
1月26日	国東市内	現実吟味力について、日常を振り返る。朝起きてからの感情の流れを語り、現実吟味力の観点から互いに傾聴コメントする。木について語り合う。
2月6日	八王子市由木東市民センター	湧きあがる感情を言語化する。傾聴について。
2月8日	神奈川県民サポートセンター	成育史について。
2月15日	大分市内	傾聴について
2月20日	国東市内	今一番気になること。不安感を言語化する。

2月20日	八王子市由木東市民センター	意識の流れ、湧き上がる感情の言語化
2月27日	大分市内	自己愛パーソナリティ障害
2月28日	府中市内	日常の感情、防衛機制、意識の流れの勉強。自己実現について。
3月12日	日ノ出町アートランド	日常の感情の言語化。体験の解釈について。
3月14日	神奈川県民サポートセンター	成育史、愛の原型
3月19日	八王子市由木東市民センター	湧きあがる感情、意識とABC理論
3月22日	国東市内	悩みを自己分析する。
3月23日	横浜市内	日常の事例を中心にテキストを利用して整理する。愛の原型と自己愛パーソナリティ障害について語り合う。
3月26日	日ノ出町アートランド	幸せのイメージの言語化。不安感について。
3月26日	大分市内	将来の夢とABC理論

2008年度 地域勉強会サマリー (4月～9月)

開催日	会場	内容サマリー
4月4日	カトリック池田教会	第一章、愛の原型他。
4月9日	横浜市内	不安感、理想と現実のギャップを語り合う。成育史からくる自分の傾向と自己分析。
4月9日	国東市内	体験の解釈が世界を変えるを考えた。思いこみを見直す。
4月23日	日ノ出町アートランド	どんな時にストレス曲線になるかを問、自己分析をする。理想と現実のギャップとその幅を思索する。
4月25日	神奈川県民サポートセンター	生き甲斐の心理学の概要。プロセススケール。理想と現実のギャップ。
4月27日	横浜市内	ロジャースの19個の命題の1から8の命題を自己事例で語りABC理論で分析する。

4月27日	府中市内	自己肯定・自己否定、他者肯定・他者否定の4つのポジションから自己眺める。
4月27日	府中市内	自己肯定、他者肯定。
5月2日	カトリック池田教会	第一章から第二章。
5月3日	八王子市由木東市民センター	感情や体感について語り合い、ABC理論で意味付けする。
5月3日	八王子市由木東市民センター	パーソナリティ理論。
5月14日	八王子市由木東市民センター	東山魁夷と湧きあがる感情。
5月23日	神奈川県民サポートセンター	ABC理論、プロセススケール、愛の原型。
5月28日	日ノ出町アートランド	日々の感情の流れを語る ABC理論。
5月31日	八王子市由木東市民センター	プロセススケール。
6月6日	カトリック池田教会	第2章、フォーカシングなど。
6月11日	日ノ出町アートランド	日々の感情の流れを語る、ABC理論。
6月14日	八王子市由木東市民センター	サマリアの女の事例。
6月15日	府中市内	フォーカシング。
6月25日	日ノ出町アートランド	日々の感情の流れを語る、ABC理論。
6月27日	神奈川県民サポートセンター	人格形成について、感情に気づくこと、プロセススケール。
6月29日	横浜市内	テキスト中心に対人関係について。
6月30日	八王子市由木東市民センター	3V。
7月4日	カトリック池田教会	第3章。
7月4日	八王子市由木東市民センター	フォーカシング。

7月9日	日ノ出町アートランド	日々の感情の流れを語る、プロセススケール、ABC理論。
7月14日	大分市内	感情について、防衛機制的確認など。
7月18日	八王子市由木東市民センター	真善美。
7月19日	府中市内	ABC理論。
7月26日	八王子市由木東市民センター	チベット死者の書。
9月5日	カトリック池田教会	第4章。
9月10日	日ノ出町アートランド	日々の感情の流れを語る、3V、ABC理論。
9月14日	八王子市由木東市民センター	第一章。
9月26日	八王子市由木東市民センター	第一章。
9月26日	神奈川県民サポートセンター	幸福感、ABC理論。
9月28日	南大沢分館	こころの健康と生きがいづくり
9月28日	横浜市内	ストレス曲線。
10月2日	カトリック池田教会	第五章。

