

Ciel bleu 読書会

「嫌われる勇気」を語ろうの会

～アドラー心理学に学ぶ、ほんとの「自由」と「人の繋がり」

「人にどう思われるか」よりも、
「自分がどう生きたいか」を考えてみよう。



内容

本を読んだ人も、これから読む人も大歓迎。
アドラー心理学のキーワードをもとに、
「人との距離感」や「自分らしさ」について
本書抜粋箇所を読んで、ゆるく語り合う読書会です。

今回のテーマは、名場面「課題の分離」他。
「どこまでが自分の責任？」「他人の評価が気になる…」
そんな悩みを一緒に整理してみませんか？



10月29日（水）13時30分から14時30分
シエルブルー 2F



参加申込み→シエルブルーまでご連絡ください。

※定員→先着10名まで。当日資料をお渡しします。