

『健康的で豊かな夫婦/

カップル関係のためのヒント』



本講座では、親密なパートナーとの関係性が、私たちの心身の健康に与える影響について、また、より良い関係性を築くうえで鍵となる“気づいて応える相互作用”について扱います。健康的で親密な関係を維持するうえでの実践的ヒントとして、パートナーからのシグナルを受け取り応答する姿勢、お決まりのコミュニケーション・パターンへの気づき、自分自身の気持ちへの理解とその適切な表現についても紹介します。

公開講座のポイント

- ◆ パートナーとの関係性の重要性について知る
- ◆ “追求-撤退”パターンなど葛藤的なコミュニケーションを知る
- ◆ おたがいの気持ちに気づき応じ合うことの重要性を学ぶ



オンデマンド配信

WEB配信期間

1月14日(水) ~ 3月22日(日)

申込期間 1月14日(水) ~ 3月20日(金・祝)

*Peatix(オンラインイベント管理サービス)にて配信のため、ご参加にあたってはPeatixへの会員登録(無料)が必要です。

参加費
無料

み た む ら た か し

講師 **三田村 仰** 先生

立命館大学 教授



た に ち さ と

講師 **谷 千聖** 先生

立命館大学 特任助教



〔申込はこちら〕

申込ページURL・QRコード



<https://www.kwansei.ac.jp/psyser/workshop/>

関西学院大学文学部 心理科学実践センター

TEL. 0798-31-0791

電話受付時間：月、火、水、金は10時～17時半

土は10時～16時