



心理学と色彩学を活用して
それぞれの個性を輝かせよう！
毎日を豊かにするための広場（講座）です。

▼申込み



▼YouTube



1stステージは
様々な角度から自分を見つめポジティブを創るステージです。

2023/1/6 税(10%)込

テーマ	開催月	テーマ	教材	受講料	教材費
No.	日時	内容		単発	複数
1 1・2月 自分を知る 描画法や質問紙法などを使い様々な角度から自分を見つめる					
①	1/25(水) 20:00-22:00	描画法で性格特性を知る	画用紙	¥6,600	¥5,500
		・バウムテスト ・数秘			
②	2/1(水) 20:00-22:00	質問紙法で性格特性を知る	YG性格検査 BigFive質問紙	¥6,600	¥5,500
		・YG ・BigFive ・数秘			
2 2月 ごきげんな私になるために 強みを伸ばし自己肯定感を高めるレッスン					
①	2/8(水) 20:00-22:00	強み・弱みについて考える	TEGⅢ質問用紙 エゴグラム早わかり	¥6,600	¥5,500
		・エゴグラム ・交流分析（ストローク） ・もやもや吹き飛ばしワーク			
②	2/15(水) 20:00-22:00	自己肯定感を高める		¥6,600	¥5,500
		・MINDSET ・ホオポノポノ			
3 2・3月 目標設定 毎日が豊かになる目標設定					
①	2/22(水) 20:00-22:00	目標と目的を決めよう		¥6,600	¥5,500
		・カラージュ			
②	3/1(水) 20:00-22:00	目標の具体化をはかろう	未来創造ノート	¥6,600	¥5,500
		・未来創造ノート			
4 3月 心地よい毎日をつくる 心を整え心地よく自己表現					
①	3/8(水) 20:00-22:00	心を整える	マインドフルネス瞑想がよくわかる本	¥6,600	¥5,500
		・マインドフルネス呼吸法			
②	3/15(水) 20:00-22:00	心地よいコミュニケーション		¥6,600	¥5,500
		・アサーション			
5 3月 折れない心を育む ストレスとレジリエンス（しなやかさ）について考える					
①	3/22(水) 20:00-22:00	ストレスについて		¥6,600	¥5,500
		・ストレス ・ライフイベントとストレス			
②	3/29(水) 20:00-22:00	レジリエンス（しなやかさ）について	S-H式レジリエンス検査	¥6,600	¥5,500
		・レジリエンス ・STAI（今のストレス状態）			
計					¥27,500
基本教材		色彩心理ワード集、クレヨン、他	※複数テーマ申込みのみ		¥3,300
合計（全テーマ受講+基本教材）					¥36,300

★お申込みは、下記のいずれかから★
 ・SHOP <https://hobo-love.com>
 ・Mail happy.cocoro.cafe@gmail.com
 ・Fax 0745-27-2684



毎日が豊かになる
 実践する心理・色彩学ひろば

キックオフ特別価格<最終>

こころCAFE®申込書 2022 2期

週1回(1回2時間)
 zoom

お申込日	年 月 日	ご住所 (教材送付先)	〒
お申込者名			
TEL		メールアドレス	

●お申込みテーマ

1テーマのみのお申込みは「単発」欄へ
 2テーマ以上のお申込みは「複数」欄へご記入ください

No. 開催月 日	テーマ 時間	内容	詳細	教材	お申込み	
					単発	複数
1 1・2月 自分を知る						
① 1/25	20:00-22:00	描画法で性格特性を知る	バウムテスト/数秘x色 I	YG性格検査 /BigFive/画用紙		
② 2/1	20:00-22:00	質問紙法で性格特性を知る	YG/BigFive/数秘x色 II			
2 2月 ごきげんな私になるために						
① 2/8	20:00-22:00	強み・弱みについて考える	エゴグラム/強み	TEGⅢ質問用紙/エゴ グラム早わかり		
② 2/15	20:00-22:00	自己肯定感を高める	自己肯定感/MINDSET/ホオポポノ			
3 2・3月 目標設定						
① 2/22	20:00-22:00	目標と目的を決めよう	コラージュ	未来創造ノート		
② 3/1	20:00-22:00	目標の具体化をはかろう	未来創造ノート			
4 3月 心地よい毎日をつくる						
① 3/8	20:00-22:00	心を整える	マインドフルネス	マインドフルネスの本		
② 3/15	20:00-22:00	心地よいコミュニケーション	ポジティブ心理学/アサーション			
5 3月 折れない心を育む						
① 3/22	20:00-22:00	ストレスについて	ストレス理論/ストレス解消法	S-H式レジリエンス検査		
② 3/29	20:00-22:00	レジリエンス(しなやかさ)について	レジリエンス			
申込みテーマ数 合計					A	B
					↑1を記入	↑数を記入
その他	基本教材(※複数お申込みの方のみ)	色彩心理ワード集、クレヨン、他				C

※初回のみ

価格：税込(10%)

●お申込み集計

	受講料	受講料	教材費 (送料込)	申込みテーマ数	合計金額
単発お申込み	1テーマのみ お申込み	6,600	1,100	A	
複数お申込み	2テーマ以上 お申込み	5,500	1,100	B	
	基本教材(※初回のみ)	-	3,300	C	
その他 (特典等)					
合計金額					

●伝達事項やご要望等ありましたらご自由にお書きください

事務欄	ご入金確認 /	教材発送日 /	パスワードご連絡 /
-----	------------	------------	---------------

※注①: 1テーマのみお申込みは「単発」欄へ。2テーマ以上のお申込みは「複数」欄にご記入ください
 ※注②: お休み&過去の講座受講に関しては、録画動画をご覧頂くか振替受講をお願いします