

社会人になつていくための学び

# 生徒募集



初回キャンペーン  
最初の1ヶ月1000円引

## 社会人ビギナーのための職場適応塾

当塾はココがポイント！

個別指導で職場適応力up

職場の小さな悩みから相談可

社会人1～5年目対象

シングルコース（月1回）

3,000円

ダブルコース（月2回）

6,000円

しっかりコース（月4回）

10,000円

PAS  
心理教育研究所

Tel.03-6407-8202

住所：東京都目黒区駒場2-8-9 Web：<http://www.pas-ins.com>  
お問い合わせ・受付時間：平日14時～19時 定休日：日曜

詳細は  
裏面へ➡

## 開塾のご挨拶

社会人ビギナー（1～5年目）の皆さん、社会人生活は慣れましたか？社会人として、任された仕事を最後までやること、先輩や上司の指示に従うこと、ノルマをこなすこと、職場の人間関係を作ること、学生時代のやり方とは違うことが多いので、とまどったり、意味がわからないことも多いと思います。

働く中で起きる小さなストレスが貯まってだんだん職場に行きたくなくなり、ついサボってしまった。1度や2度は誰にだってあるでしょう。これを繰り返してしまうと余計に職場に行きづらくなりやめたくなくなるという悪循環になってしまいます。うつ、ストレス障害、適応障害、など、転んでしまってから助けを求める前に、社会人であることや職場への適応を良くしませんか？また、上司の言っていることがわからない、職場の空気が読めないのを、発達障害のせいだと決めてしまう前に適応を良くすることで改善することも多くあります。

社会人ビギナーの皆さん向けの「職場適応塾」を開塾します。職場では聞きづらいこと、職場で聞いたけどよくわからなかったことを、気軽に相談することができる個別指導の塾です。もう新人扱いされなくなった社会人3～5年目の方も、いまさら聞きにくいことがここでは気軽に相談できます。

花井 俊紀（研究所サイコセラピスト・臨床心理士）

### 【こんなことの相談ができます】

- ・ 上司の指示の意味がわからない。上司になぜ叱られたのかよくわからない。ただただムカつく。
- ・ 困ったときに先輩に聞くことができない。何を聞いたらいいかわからない。
- ・ ミスした時どうしたらいいの？バレるまで隠しちゃダメなの？
- ・ 職場の空気が読めない。
- ・ 飲み会って行かなきゃいけないの？うまい断り方ってある？
- ・ 朝会社に行きたくない時に、どうしたらいいの？
- ・ 歓送迎会や忘年会の幹事を任されたけど、どうやって準備を進めたらいいかわからない。
- ・ これっていじめ？
- ・ 会議でうまくプレゼンできるようになりたい。
- ・ チームリーダーとして働けるようになりたい。
- ・ 人生プラン・キャリアプランを組み立てたい。仕事とプライベート、結婚と仕事どうしよう。
- ・ 自分の可能性や才能、魅力、武器を見つけたい。自分磨きをしたい。

### 【相談の流れ】

Step0：申込



Step1：困っていること・大変なことを整理しましょう。  
Step2：Step1で整理されたことの改善方法・対処法を  
レクチャーします。

・・・ここまでが第1回目



Step3：改善方法を実際に試してみましょう。

・・・次のクラスまでの間



Step4：やってみたことを振り返り、効果があれば継続、  
効果がなければ次の改善方法をレクチャーします。

・・・第2回目

⇒これを繰り返します。



Step5：自分の心のここを磨きたい、このスキルを身に  
着けたい、というのが見つかったら、PASの他のプログ  
ラムも利用しながら、自分磨きに取り組みましょう。

### 【講師】

花井 俊紀・吉田 愛 他  
（研究所サイコセラピスト・臨床心理士）

### 【開塾日】

月曜：第1週・第2週 19時～21時  
金曜：毎週12時～14時  
土曜：第2週・第4週 15時半～17時

### 【料金：月謝制（1回30分）】

月1回コース：3,000円＋税  
月2回コース：6,000円＋税  
月4回コース：10,000円＋税

- ・ 初回、最初の1ヶ月全コース1,000円引きでご利用いただけます。
- ・ 各コース、毎月所定の回数まで受講できます。
- ・ 毎月25日までに翌月のコースと受講日を受付に直接もしくはFAXで提出してください。
- ・ 前月に提出した受講日に受講が難しくなった場合は、当日予約時間までにキャンセルが可能です。その際、その月の間にキャンセル料なしで振替が可能です。月をまたいだ繰越はできません。