

心晴れ晴れ♪ 自分をもっと好きになる おとなのための絵本活用術

絵本を子ども「だけ」のものにしておくのは、もったいない。おとなになった今見ると、まったく違う感覚や感情が湧き上がってくることに、驚くはず。今回はあの「薬を使わない精神科医みやじっち」と一緒に活動していた絵本セラピストを講師に絵本セラピーを体験し、癒されましょう・・・そして、「ありのまま」の自分の良さを再発見しましょう。



日時：12月14日（日）午後1時半～4時半

場所：ときわプラザ（男女共同参画交流センターフレアとくしま）**研修室**

アスティとくしま内（徳島市山城町東浜傍示1）

講師：山本 潤子さん（絵本セラピスト）

裏面の講師紹介、講師からのメッセージもご覧ください

対象：どなたでも

参加費：無料定員先着78名（要申し込み、下記連絡先に申し込んでください）

主催：徳島県

受託団体：女性への暴力根絶をめざす徳島ネットワーク（略称：根絶ネット）

申し込み、問い合わせ：根絶ネット 電話、ファクシミリ、e-mail のいずれか

Tel:080-3168-4452 / Fax:088-652-4030

e-mail:konzetsunet@gmail.com

根絶ネットは2001年、DV防止法が施行された年に発足。女性に対するあらゆる暴力を根絶し、すべての人が平等に人間らしく心豊かに生きることができる社会の実現をめざして活動する市民グループです。11月～来年3月まで徳島市営バスに、根絶ネットが広告出しています。乗車口扉横、見るとラッキーかも。



無料託児あり、要申込み（1歳～就学前のお子様） 電話：088-655-4638（こども室）

フレアとくしま100講座は、県立総合大学校「まなびーあ徳島」男女共同参画学部の主催講座です

講師：山本潤子（やまもと じゅんこ）さん紹介

新潟県生まれ。大学在学中に国分康孝先生の教育心理学に出会い、深い感動を得て、以後、心理カウンセラーをめざす。波乱万丈な人生、4人の親族との喪失体験から「生きる」ための食・心・身体の機能について学び、相談業務を開始する。

カウンセリング件数が一万件を超えた頃、絵本セラピーに出会い、「診立て（みたて）」を必要としない上質な自由度の高いセラピーに、新しい心理療法の可能性を見出す。

情動を刺激する『絵本の読み聞かせ』を活用する事で相談者のメンタル改善を実感し、本格的に絵本セラピーを取り入れたセミナーを主催している。

- 絵本セラピスト協会 協力講師 / 絵本セラピスト / 「大人に絵本広め隊」隊長
- 日本メンタルヘルス協会 心理カウンセラー ● 日本産業カウンセラー協会 産業カウンセラー
- 国際メンタルセラピスト協会 チーフメンタルセラピスト ● 自然治癒力学校 認定講師

絵本セラピスト協会 <http://www.ehon-therapy.jp/>

ブログ「絵本づくし・心づくし」 ameblo.jp/ehon-heart

山本潤子さんからのメッセージ



絵本セラピストの山本潤子です。

「ありのままの自分」「自分らしく」「本来の自分」
等々・・・自分に向き合う言葉が増えてきました。

絵本セラピーの場は、
絵本の魅力と人との交流を最大限に生かした、
最も自然な気づきの場です。

絵本の読み聞かせは、目と耳から右脳を刺激し、感情を開放します。
簡単な問いかけに、十人十色のこたえがあり、それぞれの違いの中に、
「あなたらしさ」「私らしさ」が表現されます。

過去の出来事は変えられませんが、受け止め方を変えることはできるでしょう。
未来を知ることにはできませんが、方向性を変えることはできるでしょう。

絵本は子供だけのものではありません。
自分の人生を代弁してくれるかのような、大人のための絵本セラピー、
是非、体験してみてくださいね。