

心のカフェ

忙しい毎日の中で、
ほんの少しだけ立ち止まってみませんか。
心の奥にある“まだ言葉にならない思い”を、
そっと見つめてみる時間です。
この「心のカフェ」は、静かなワークと語り合いを通して、
自分の内側にある“小さな気づき”と出会うひととき。
体験を通して学び合うワークショップのスタイルで進めます。
感じたことを言葉にしたり、聴き合ったりしながら、
お互いの気づきや人間理解を深めていきます。

日 時： 11月 8日(土) 12:00～13:40

武蔵丘短期大学 学園祭 特別プログラム

場 所： 武蔵丘短期大学 2階 1209 教室

対 象： 一般・在学生・卒業生
(高校生くらいから参加できます)

申込み：QRコードよりお申込みください
(当日参加も可能です)



ファシリテーター： 木村 博幸

武蔵丘短期大学 客員教授

小中学校教諭・教頭・校長、海外日本人学校教諭経験

現在は明治大学教授 諸富祥彦氏のもとで心理学を修行中



この時間を通して

- ① 自分への理解が深まり、心が少し軽くなるかもしれません。
- ② 人との関係を見つめ直し、やさしいまなざしが生まれるでしょう。
- ③ 教育や人と関わる仕事をしている方には、生かせるヒントがあるでしょう。
むずかしい準備はいりません。

今ここにある思いを、そのまま受けとめて。

そんな“やさしい対話のひととき”を ご一緒しましょう。

*現在精神科、心療内科などに通院の方は主治医にご相談されることをお勧めします。
(このワークショップは治療を目的としたものではありません。)