

静岡県浜松労政会館

「アートで心の健康法」講座 ココロをハッピーにしよう

自分の気持ちや感情を表現することは、心身の健康にとっても大切です。色の持っているエネルギーを実感し、不要になった雑誌、チラシ等から選んだ写真、絵を自分の気の向くまま切り抜き貼ったり、心の健康に役立つ色を使って、自由に表現するなど、楽しくコミュニケーションしながら脳を活性化、スッキリ感と癒し効果を体験していただきます。



☆時 間： 18:30～20:30

日 程	テ ー マ	内 容
10月11日 (金)	①マイヒストリー ②星と波テスト	色の大切さや感情効果の理解を深め、自分を見つめ直す。 投影分析法を体験し、自己理解を深めます。
10月25日 (金)	③バウムテスト ④創作コラージュ療法	投影分析法を体験し、自己理解を深めます。 不要になった雑誌やカタログなどを自由に切りぬいて作品を作り、縦、横の画用紙の使い方で分かることは？
11月8日 (金)	⑤フードカラー ⑥創作コラージュ療法	五色健康法とは？ 不要になった雑誌やカタログなどを自由に切りぬいて作品を作り、ピースの貼り方で分かることは？
11月22日 (金)	⑦創作コラージュ療法	不要になった雑誌やカタログなどを自由に切りぬいて作品を作り、投影分析的理解の簡単な解説をします。

☆テーマ： 「アートで心の健康法」講座 ～ココロをハッピーにしよう～

☆対 象： 静岡県在住の勤労者等

☆日 程： 平成25年10月11日・25・11月8日・22（いずれも金曜日）
全4回コース

☆定 員： 先着10名

☆場 所： 浜松労政会館（浜松商工会議所会館 7階）

☆受講料： 4,000円（他材料費：500円）

☆講 師： 水野 ふさ子 日本創作療法学会 正クリエイティヴ・セラピスト



☆お申込み&お問い合わせ

静岡市駿河区稲川3丁目7番11号

日本クリエイティヴセラピスト協会静岡支部

電話：054-283-1748

ファックス：054-285-1738

メールアドレス：cfc82641@syd.odn.ne.jp