

# アートセラピー・テクニック

～コミュニケーション・パターンが見える～

- 自己成長のための気づきを増やしたい
- カウンセリング、コーチングに活かしたい
- 企業研修に活かしたい

そんな方におすすめです。

アートセラピー(芸術療法)では、その人の持つ五感の特徴や隠れている感情などが表現されると言われています。感情はもともと、抽象的であいまいなものです。はっきりとした言葉にはしにくい自分の感情も、イメージをアートにぶつけることにより表現することができるのです。

アートセラピーの目的は絵の分析ではありません。また、上手に描く事が目的でもありません。自由な自己表現の中で自分の内面と対話し、自分の本当の感情に触れていくことです。

自分のコミュニケーション・パターン、思考や行動のパターンを知るきっかけとしても活用できます。また、今回はカウンセリングだけでなく企業研修やセミナーでグループワークとして活用する方法、チームビルディングの方法のひとつとして、その活用方法を盛り込みました。

講師

アートセラピスト

山田 里美

企業用・カウンセリング用  
編集担当

浅野 薫

## スケジュール

7月2日(土)

- 13:30～16:30
1. 「感情の視覚化」の体験とシェア
  2. 「イメージの視覚化」の体験とシェア

7月3日(日)

- 10:00～16:00
1. コミュニケーションの仕方が分かる「相互色彩分割法」の体験とシェア
  2. 相手との関わり方が分かる「無言と対話」の体験とシェア
  3. チームビルディングに活用可能な「スクイグル法」の体験とシェア
  4. 感情の流れが分かる「風景構成法」の体験とシェア
  5. 「まわし絵」の体験とシェア

## 参加要領

会場

神戸センタープラザ西館6階会議室 神戸市中央区三宮駅から徒歩8分

参加費

28,000円(材料費・消費税込)

※お申し込みの際は、セミナー受講料を下記口座までお振込み下さい。

三菱東京UFJ銀行 三宮支店 普通預金 3063200

カ) ニホンコアパーソンシエンネットワーク

(株) 日本コアパーソン支援ネットワーク マイnz labo

〒651-0085 神戸市中央区八幡通3-1-9-802

電話&FAX 078-220-7767

URL <http://www.coapa.jp/>

Mail [otoiawase@kalabo.jp](mailto:otoiawase@kalabo.jp)