

育自のための小さな魔法 Part 2

「自分の好きなことを語る」

自分を見つめ、お互い聴き合い、ココロが元気になるワークショップ

ファシリテーター

 **田渋あづさ・深田丈史**

人は「話すこと」と「聴くこと」 で、その人になってゆく

2014年10月26日(日)

時間 : 9:30~11:30
会場 : せんだいメディアテーク 7階会議室 a b
参加費 : 2000円(当日お支払ください)
託児 : なし
申し込み方法 : 「こくちーず」からお申込みください。

<http://kokucheese.com/event/index/211268/>

「仙台 育自」で検索すると出てきます。
ページ下の「お申込みはこちら」から
お申込みをお願いします。



©すずきりつこ

QRコードを読み取ってください。



携帯・スマートフォンから
も申し込みができます。

ワークショップ 『育自のための小さな魔法』

いつからか、立場、役割、肩書...という、自分を覆う名前で生きることに慣れていく。それぞれの役割も大切だけど、その前に私は、名前のある一人の生。自分という土俵にしっかり足が着いている安定感と心地よさを掴めたら、きっと、もっともっと自分のことが好きになって、楽しくてしょうがない時間を積み重ねられる。ココロの扉を開き、一緒に味わい、拠りどころになるようなひとときを、毎日毎日、踏ん張っているあなたに贈ります。

『育自のための小さな魔法』コンテンツ

たった2時間、それぞれ3つのプログラム。ところが...このプログラムの中に小さな魔法の仕掛けがたっぷり。さあ、あなたの中の宝物を見つけにいきませんか。懐かしく、ほっこりする体験をしてみませんか。

Part1 自分の人生を語る —過去の自分とつながる—
自分の人生をふりかえり、お互いの人生を聴き合い、踏ん張って生きてきた自分と目の前の人にエールを送る、そんな時間です。

Part2 自分の好きなことを語る —今の自分とつながる—
ココロの声に耳を傾けた時、聴こえてくる自分にとって大好きなモノやこと...それについて大いに語る時間です

Part3 自分のビジョンを語る —未来の自分を創造する—
Part2で語った大好きなことを継続してやり続けたら、どんな未来が見えますか？ そこにスポットライトをあてて、5年後のビジョンを描きます。



©すずきりつこ

みなさんと共に体験の旅をサポートするファシリテーターをご紹介します。

田沢 あづさ

普段は真面目な顔して、「高齢者に対する看護とは…」などと看護学生相手に講義しています。2011年3月にプロフェッショナルコーチングの資格を取得し、コーチングやコミュニケーションに関連した活動を展開中。キラキラ輝く人々であふれる、地方の元気をサポートしたくて「コアアクティブ会話術」などのワークショップを各地で仕掛けています。そして、これからの東北を創る子供たちが、明るく豊かに成長できるよう、多くの方々に育自の魔法を受け取っていただきたいと願っています。

深田 丈史

福島大学経済学部を卒業後、システム機器販売会社に勤務する。12年間の営業職、マネージャー職を経験後、5年間の総務・人事を経験する。社員とその家族が誇れる会社を目指す中で、人材育成に大きな関心を持ち、2011年6月よりコーチングの勉強を始める。2013年育自の魔法ファシリテーター資格を取得。肩書きや老若男女の垣根なく、暖かい関係が広がっていく東北を夢見て「育自の魔法」を広める活動をしている。

NPO法人 育自の魔法のねがい

あなたは今、どのくらい自分らしく生きていますか。あなたが「幸せ」と感じると、その「幸せ」の芽はあなたの周りにしっかり育っていきます。あなたを育むことができるのは、あなた自身です。自分を心から「幸せ」と感じると、あなたに包まれる家庭や社会は豊かになります。そうした世界が広がることを私たちは願っています。



会場 せんだいメディアテーク 7階会議室 a b
宮城県仙台市青葉区春日町2-1
TEL 022-713-3171

お問合せ先 深田 TEL 090-5832-6861
メール takehito_fukada@trs.digi.jp



NPO法人 育自の魔法
www.ikujinomahou.jp