

頭の中の ひっつき虫さん さようなら！

のびのびと生活できるように
練習するワークショップ

プログラム：
ものづくり・マインドフルネス・
おやつタイム・ゲーム・ダンス…
ほかは来てからの楽しみ！

日時：

①2020年7月4日(土) 10時～18時

②2020年7月5日(日) 10時～18時

※小学生は15時まで。希望する保護者はMIFT（親訓練）講義あり

場所：

BTCセンター東京

（中央区築地1-9-11 ムルー工築地406）

参加費：

①・② 各25,000円（税別）両日参加可

※小学生は①・② 各18,000円（税別）

こねこね、ペタペタ、工作をして楽しく気になる感覚と仲良くできるかな？

おやつモグモグ、味や匂いやお口の中の世界もよく感じるとおいしさは何倍になるだろう？

ダンスをしてのびのび身体を動かすとひっつき虫はどこに行くかな？

たくさんの体験を通して不安や不快感のセンサーのゆるめ方を実感し、自由に生きるスキルを身につけるワークショップです。

遊びの中に不安や恐怖、不快に感じている課題を織り込むとそれらの課題にチャレンジしやすくなるのが子どもの強みです。チャレンジすることをセラピストが励まし、サポートすることで課題に対する達成感や楽しい感情に気づくことができます。BTCセンターの認知行動プレイセラピーは、子どものチャレンジの場をつくり、生み出すことができた気づきや感情を引き出すことで、お子さんが自分の課題を乗り越えていくお手伝いをします。