

令和元年 11 月 11 日「アート&セラピー」のセミナーがありました♡

カラーセラピスト・ぬりえセラピストの齊藤良江様を講師にお迎えし1歳の子どもちゃんから50代の主婦まで 8 名の方が参加しました。

参加者の自己紹介からはじまり、心理テスト・・・それからぬりえ。

みなさん、はじめは、ん～と考えながら色鉛筆をもっていた手も、
気付けば夢中で筆をはしらせ、ぬりえを純粋に楽しんでいるようでした。

色には、いろんな意味があり無意識にひきあげてでる。

そこから心のモヤモヤの原因をとりだす。。。など

とてもわかりやすくお話していただきました。

みなさん、ずっと笑顔で、うれしい楽しい時間でした。



笑顔がいっぱいでした♡