

## ◆◇ 感想 ◇◆

- ① 今、悩みを抱えているので、この絵本を読んで「ふわふわさん」という言葉に感動しました。
- ② 少しでもふわふわさんをつかち合えば、相手との距離が縮まることを知れて良かったです。日常生活でもやってみます。
- ③ 皆さんとの共通の時間で、いろんな感じ方があるんだな～と実感しました。
- ④ 仕事で、スタッフに対しての更なる心地よく交流出来る為のヒントを得ました。
- ⑤ この絵本を読んで、その後のワークで、心のあり方で全てが変わる妙味を感じました。
- ⑥ 最近疲れがたまっていたので、久しぶりに自分へのふわふわさんを蓄えることが出来ました。
- ⑦ 現状を変えるきっかけになるか…と思って参加しました。
- ⑧ 講座で、自分の心が軽くなり、人の良い所を素直に伝えてみようと思いました。
- ⑨ 自分の気持ちを話すことは苦手だと思っていたのですが、自分の思ったふわふわな感情を話すことが出来て、よかったです。
- ⑩ 自分の心がふわふわになると、人にも与えられるし、自分もふわふわが増えることを学びました。
- ⑪ 子育て中でイライラすることが多く、どうしたら怒らずに子ども達にいろんなことを伝えられるか少しわかった気がします。また参加したいです。
- ⑫ 黒木さんが言っていた「自分との人間関係を良くする」私の友人でうつの人が居るのですが、これはとても大切なことだと思いました。
- ⑬ 自分が褒められる、認められることがくすぐったいけれど心の栄養になる事を実感しました。いつも人を褒めて認める人になりたいです。
- ⑭ 交流分析は10年ぶりだったので、忘れていた感覚を思い出せました。
- ⑮ とても楽しいワークで、自分のことを振り返る事が出来、有意義な時間でした。
- ⑯ 心理学には興味があり、仕事に必要なだ感じていたので、すごく勉強になりました。
- ⑰ 今迄気づかない心のあり方に気づきました、次回も受講したいです。