

カウンセリング劇場 ②

2
五感の心地よさ
安全の合図をさぐるーの巻



アラームお知らせ...



...もう、ギリッポ...
エネルギーないっす...

① ほっと気付くと
スマホの電池が
あ~~~~ない
こういうこと、あるよねー

② こういうときは
"低電力モード"とか、
"急いで充電"とか
何か対処するよね。

携帯バッテリーを使えり...

③ じつは、人間も
よく似てるよ。



静かに
チャージ

④ 「充電しないと
ヤバイぞー！」
人間のアラームは
こんな感じ？



ウリウリヤッ
エネルギー減る
減るな
捨てる!

⑤ これじゃ危ないよねー

⑥ 充電の極意は五感を研ぐ心地よさ。
人によって違う"安全の合図"が
エネルギー源に
なるんだよね。



⑧ 小耳か
と耳か
した
こと。

いっしょ
思い浮かべて
みよう。

⑦ (心地よい眠り)
明るさは? 温度は?
まわりの感触は?
音は? 体の向きは?
こまかく"心地よさ"を
意識してみよう。



⑨ 見えるだけ 触るだけ 香り... 目で
ちよとした心地よいグッズなどを
もち運べば"それは携帯できる
バッテリー"にもなるね。
香りのいい
スクイス... とか?