

第9回 6月19日(木)13:00～14:30

「らしさ」から自由になる



福田由紀子氏

(臨床心理士・公認心理師、
認定フェミニストカウンセラー)

会場：津田塾大学小平キャンパス特別教室

<講師プロフィール>

2005年から自治体の女性相談、DV相談に従事。精神科や大学での勤務を経て、刑事施設でのカウンセリングやグループワーク、依存症臨床に携わる。自分の気持ちをさわやかに伝える「アサーティブ・トレーニング」のトレーナーとしても活動。河野貴代美著「それはあなたが望んだことですか～フェミニストカウンセリングの贈りもの～」の執筆者のひとり。女性のエンパワーメント(力を取り戻す／力をつける)支援がライフワーク。
ユキメンタルサポート代表。

<担当スタッフより>

何気ない日々を送っているなかで「わたしの人生これで良いのかな」「どうしていつもうまくいかないんだろう」と悩むことは誰しもあると思います。そんな時、みなさんはどのように自分の心と向き合っていますか。また自分では解決できないような問題に直面したとき、気軽に相談できる相手はいるでしょうか。福田さんは、女性支援を専門とするカウンセラーとして、これまで自治体や刑務所など様々な現場でのカウンセリングやDV相談に従事してこられました。家族や友人、恋人との関係など自分をとり巻くあらゆる人間関係の中に生じる「しんどさ」の理由をカウンセリングやトラウマケアを通して整理し、自らの人生に取り組むための手助けをされています。これまでに福田さんが向き合ってきた多くの過酷な人生やそこから生まれた「気づき」を知り、みなさんが自身の人生により深く向き合っていく手助けになればと思います。