

# STOP! 女性や子どもへの暴力



「トラウマの治療法としてのマインドフルネス」

つらい体験をすると、人の心はダメージを受けて様々な身体症状や精神症状が出現します。突然怖い体験を思い出したり、不安や緊張が続いたりします。これらトラウマの治療法のひとつに **マインドフルネス** があります。身体感覚や内面の状態に焦点を当てて「ありのままの自分を見つめて受け入れていく」瞑想法です。多くの方が容易にできる禅寺の瞑想と近い意識状態です。当事者の方も、支援に関わる方もセルフケアに役立つ手法です。

皆さまのご参加をお待ちしています。

2018年

日時

**10月7日** 日 13:30~15:30

参加費  
無料

講師

ゆうメンタルクリニック院長 **柳 受良** さん

事前  
申し込み  
不要

場所

大分市コンパルホール400号室  
(定員100人)

対象

一般の方、行政の職員、相談員、民間の相談員、医療福祉、司法の専門職、教職員、学生など



トラウマからの回復に関心のある方は、どなたでもご参加ください。



講師プロフィール

柳 受良 (ゆうすやん) さん

資格

精神保健指定医  
漢方医学博士(Ph.D)  
韓国M&L心理治療研究院 マスタートレーナー

所属学会

九州精神神経学会  
日本精神神経学会  
韓国漢方神経精神学会

略歴

韓国梨花女子大学政治外交学科卒業  
同大学政治外交学科大学院修士  
日本政府国費奨学生として来日  
東京大学大学院総合文化研究科博士課程単位取得  
鹿児島大学医学部医学科卒業  
韓国圓光大学漢方医学部漢方医学科大学院博士取得(Ph.D)  
山梨県甲府共立病院、熊本県菊池病院、  
佐賀県肥前精神医療センターを経て  
ゆうメンタルクリニックを開院

現在の活動

東京、ソウル、福岡にて精神科医・臨床心理士・心理療法士向けの心理治療の専門家講座を開催。精神科臨床に役立つ漢方医学の講座も福岡で開催

お問い合わせ

NPO えばの会 TEL090-1516-9565(吉本)

e-mail ebanokai@yahoo.co.jp

HP <http://ebanokai.moo.jp/>

〒870-8691 大分中央郵便局 私書箱122号

女性や子どもやセクシャルマイノリティなどに対する差別や暴力などが重大な人権侵害であることを社会に啓発活動するとともに、非暴力主義と男女平等を視点においた誰もが安全で安心に自由に暮らせる社会の実現を目的としています。

