

【主催】 静岡アダルトチャイルドの会

【後援】 静岡市教育委員会

アダルト・チルドレン 私と家族の物語り

忘れ得ぬ心の痛みとともに生きる

【無料】

先着20名

どなたでも

(※)私の生きづらさが、養育者との関係にあると考えている、自己理解の言葉

かつては奇妙に聞こえていた「アダルトチルドレン(※)」という言葉が、今や私の人生を理解する大切な鍵となって早6年。

これまでの活動を通して、多くのACの姿と、家族への複雑な思いを聴いてきました。

幼い頃に、養育者との関係で感じていた「生きづらさ」と、大人になった私はどう向き合うのか。いまだ癒えない心の傷や精神疾患、依存、人間不信、無力感、恥や罪悪感...

リアルでは語りづらい＜幼き日の家庭環境＞を、ひとりのACとして正直に話しながら、人の顔色ばかりが気になるこの世界で、それでも生きる「意味」をともに考えませんか。

語り：けんや

✳静岡アダルトチャイルドの会 主宰

✳なりた心理相談室 代表

2023年よりアダルトチルドレンの自助グループを主宰。
自身の幼少期の逆境体験を背景に、精神疾患や依存症、子どもの人権に関わる課題にも取り組んでいます。
現在は、愛着の課題や生きづらさに関する知見と経験を活かし、心理相談も行っています。

▶ 心理／産業カウンセラー

▶ ASK認定 依存症予防教育アドバイザー

2026. 2.22 日

〔時間〕 13:30 - 15:30

〔場所〕 静岡市番町市民活動センター
〒420-0071 静岡市葵区一番町50

＜お申込みフォーム＞をご利用ください。

＜特設サイト＞では会の詳細をご覧ください。

【お問い合わせ】 cocoro.care.shizuoka@gmail.com

