

2011年(平成23年)開講

気づきの技法の体験とそのマスターを目的に  
様々な心理学派、カウンセリング法ともマッチ

# エンプティチェア レッスン

神戸開催

## フェルデンクライス&ゲシュタルト療法

### ファシリテーターからのメッセージ

心と体は2つに分かれて存在しているわけではありません。わたしの「からだ」は喜怒哀楽の感情があります。その周辺には日々の喜びや悲しみの気持ちが渦巻いています。わたしの「からだ」は嬉しいときに動きます。心臓の鼓動もパクパクと踊り出します。呼吸も深くなります。また、私の体調が悪い時は体のいろいろな部位が痛みを訴えたり、吐き気がしたりさまざまな身体の症状を現します。ゲシュタルトでは、そのような「からだ」の声を聞くことで気づきを深めていきます。

ファシリテーター

百武正嗣 (ももたけまさつぐ)



日本ゲシュタルト療法学会・理事長、  
特定非営利活動法人 ゲシュタルトネ  
ットワークジャパン (GNJ) 理事  
カリフォルニア大学大学院心理学部  
卒。

ゲシュタルト、フェルデンクライ  
ス・メソッド、ヨガ、心理学を取り  
入れた「気づきのセミナー」を全国各  
地で開催している。

また、リラクゼーションの指導にも  
あたっている。

フェルデンクライス国際ライセンス  
取得者。

### フェルデンクライス

フェルデンクライスは身体の小さな動きを  
通して気づきを高めるメソッドです。身体を心地よく〈動かす〉こと  
で、脳の神経システムに刺激を与え、緊張している筋肉を弛緩するこ  
とができます。そして、新しい情報を脳が受け入れることで「身体と  
心」のバランスがとれ、新たな探求が可能になります。

### エンプティ・チェア

エンプティチェア・テクニクは、「空椅子  
の技法」とも呼ばれています。空の椅子に心  
の中で人物を置いて対話を進める技法です。



本人が葛藤している課題や人間関係、あるいは否定的な関係に陥ってしまった人物を「空の椅子」に座らせて「今、ここ」に実際に相手がいるように話しかけます。本人の心の中で未処理なままで存在していることに焦点を当てるのが目的です。

好きな人を選ぶレッスン

苦手な人を選ぶレッスン

症状と対話するレッスン

身体と対話するレッスン

2011年

6月11日(土) 14:00~18:00

6月12日(日) 10:00~16:00

**会場** 兵庫県神戸市中央区  
三宮駅周辺で調整中  
です。お申込いただいた方には決まり次第  
お知らせします。

主催 株式会社日本コアパーソン支援ネットワーク

## 参加要領

### ■ 受講料

35,000円 (含む消費税)

### ■ 定員

20名

### ■ 会場

神戸市内 (※JR三宮駅周辺で調整中です。お申し込みいただいた方には、別途ご案内させていただきます。)

### ■ 参加費納入について

※ お申し込みいただいた方には、振込み口座、会場について等を別途ご案内いたします。

FAXでのお申し込みは、

**078-220-7767** へ 送信してください。

## ゲシュタルト療法 レッスン 参加申込書

2011.6.11-12 No. 2

お名前	
フリガナ	
英字表記	
ご住所	〒
お電話	( ) 携帯 ( )
メールアドレス	
備考	

★ メールでのお申し込みの場合は、上記申込書の内容を下記宛に送信して下さい。

メール送信先： y.funabashi@coapa.jp

株式会社日本コアパーソン支援ネットワーク

〒651-0085 神戸市中央区八幡通3-1-9-802