

“ありのままの私”を見つける ゲシュタルト ワークショップ

『女性だから』『男性だから』

親だから。上司だから。年下だから・・・
沢山の価値観で分からなくなってしまった
“ありのままの私” を見つけませんか？

ゲシュタルト療法って？

ゲシュタルト療法とは、1950年代に開発された心理療法です。
NLP(神経言語プログラミング)、コーチング、再決断療法など様々なカウンセリング
の基礎となり、強い影響を与えています。
頭で分かっていることだけではない、体や環境にも意識を向け、今まで気づいてい
なかった本当の自分や、自分の求めていることに気づいていきます。

講師紹介



ゲシュタルト療法・札幌代表 田中 文子

普通の主婦だった私は自分が嫌いで、自分を責めてばかり。
ゲシュタルトのワークで出会えたありのままの私は、
へなちょこでしたが同時にホッとしたのを覚えています。
どんな自分も私の土台。
その土台が私の人生をサポートしてくれています。

こんな方におすすめです

- ✓ “ありのままの自分”を見つけたい方
- ✓ 心と身体に興味のある方
- ✓ 親子関係、人間関係を良くしたい方
- ✓ カウンセラー・セラピストなど、
クライアント支援をしている方
- ✓ ゲシュタルト療法に興味のある方
- ✓ 一緒に心を見つめる仲間が欲しい方

令和5年 **11月19日** (日)
13:00~17:00

開催方法 オンライン ZOOM

参加費 5,000円

対象 心と身体に興味のある方、どなたでも

お申し込み お申し込み ホームページ

