

ゲシュタルト療法・札幌 無料体験ワークショップ

6/17(火)
19:00~21:00

@Zoom

人生を動かす気づきの力
無意識の中に眠る本当の心に問いかけよう♪



講師 日本ゲシュタルト療法学会
前理事長
百武正嗣



主催
ゲシュタルト療法・札幌
田中文子

ゲシュタルト療法とは

ゲシュタルト療法は、別名「気づきのセラピー」とも呼ばれ、「今ここ」の体験に意識を向けることで、自己理解を深める心理療法です。

対話や身体感覚を通じて未完了の感情に気づき、それを統合することで、本来の自分らしさを取り戻します。ゲシュタルトは個人だけでなくグループでのワークも大切にしており、それは、セラピーを受ける本人だけでなく、周囲の参加者にも共鳴が生まれ、思いがけない気づきが促されるからです。これは「場の理論」と呼ばれ、個人だけでなく参加者全体の変容をもたらします。そこに集まるメンバーには必ず意味がある。グループワークでしか得られないダイナミズムをぜひ体験しに来て下さい。

当日のプログラム

- チェックイン(今の気持ちを簡単に)
- ゲシュタルト療法の簡単な解説
- 希望の方のワーク(希望者多数の場合はじゃんけん)
- 第4期トレーニングコースの紹介
- チェックアウト(当日の感想など)

こんな人に

どこに相談しても解決しない悩みがある
人に関わる仕事や人材育成などを行っている
心理職や援助職のスキルアップ
人生をより豊かに生きたい方



GTS

ゲシュタルト療法・札幌

ゲシュタルト療法・札幌

(日本ゲシュタルト療法学会認定団体 代表 田中文子)

詳細・お申し込みはHPへ ➡



☎090-1529-5039(平日10:00~17:00)

<https://www.gestalt-therapy-sapporo.jp/>