

気づきのワークショップ in 釧路

～ゲシュタルト療法を体験してみませんか?～

体感型
ワークショップ
参加人数
9名限定

9月13日(日)、ゲシュタルト療法のワークショップを、釧路で開催いたします。

ゲシュタルト療法は、フリッツ・パールズ、ローラ・パールズ、ポール・グッドマンによって、1950年代アメリカで創設された、心理療法です。🇺🇸

ゲシュタルト療法の主題は、

「あなたの体は、
今この瞬間、何を感じていますか?」

ワークショップの講師には、ゲシュタルト療法・札幌の代表として、道内のゲシュタルト療法を牽引する、田中文子さん、を、札幌市よりお迎えします。🔪

参加者の方々に、ゲシュタルト療法を実際に体験していただく、体感型ワークショップのため、参加人数を**9名**に限定いたします。

こんな方におすすめ

- ✓ 自分の気持ちや感覚をもっと大切にしたい方
- ✓ 人間関係の中で、より自分らしく在りたい方
- ✓ ストレスや不安を感じやすい方
- ✓ 今の自分を見つめ直し、変化のきっかけを得たい方

ゲシュタルト療法とは?

「今、ここ」での身体の感覚に意識を向け、対話と体験を通して自分自身を深く理解していく心理療法です。
一般的なカウンセリングが「感情」に焦点を当てるのに対し、ゲシュタルト療法は「身体が感じている感覚」を大切にします。
一つの問いを様々な角度から繰り返し探究し、新たな気づきを得る体験型ワークショップです。

講師



田中文子さん

ゲシュタルト療法・札幌代表

北海道内でゲシュタルト療法の
普及・実践を行っています。

☆気づきのワークショップ in 釧路

- 📅 日時 9/13 (日) 9:30～16:30
- 💰 参加費 5,000円
- 👥 定員 9名
- 📍 会場 事前のお申し込み・参加費のお支払い後に、会場名・所在地をご案内いたします。

✉ ゲシュタルト療法・道東(及川)
bengie1970@hotmail.co.jp

皆さまのご参加を
心よりお待ちしております。