

zoomで♪ フォーカシング体験室

フォーカシングとは、哲学者・心理療法家のユージン・ジェンドリンが発見した人の体験のあり方です。まだ言葉になっていない実感に注意を向け、それとかかわることで自分に必要なことが浮かび上がってきます。

この体験会は、フォーカシング未経験の方や、フォーカシング体験の少ない方を対象としています。毎回、参加者のニーズを聞き取りながら進めていくので、基礎からゆっくり体験できます。

【こんな人におすすめ】

「フォーカシングって気になるから体験してみたい」

「自分のカウンセリング実践に活かしたい」

【内容(例)】

- ・からだの感じに触れるチェックイン
- ・フォーカシングの説明
- ・導入的ワーク(クリアリング・ア・スペースなど)
- ・フォーカシング体験
- ・チェックアウト

今ここで、ほっとひと息。
一緒に、今の自分を
振り返って観ませんか？



講師: 筒井 優介

博士(心理学)、臨床心理士

The International Focusing Institute認定トレーナー

日本ゲシュタルト療法学会理事

学校・医療領域での臨床を経験するほか、企業や学校教職員に対してメンタルヘルスに関する研修を実施している。これまで、教職員や医療関係者に対してPCAGIPを提供・実践してきた経験がある。また、PCAGIPを夢(夜に見る夢)に応用したグループワーク“夢PCAGIP”を考案し全国で実践している。

【開催日時】 各回 9:00～12:00

① 2021年5月23日(日)、② 9月26日(日)、③ 2022年1月23日(日)

【参加費】 1回3,000円 (連続講座ではございません)

【受付方法】 メールのみ focusing-zoom@shimanchu-room.net (担当:筒井優介)

件名を『Zoom体験室 参加申し込み』として、下記必要事項をお送りください。

➤ 初めて参加される方

- ①氏名(ふりがな)
- ②性別
- ③年齢
- ④メールアドレス
- ⑤電話番号
- ⑥参加希望の月(5月・9月・1月)
- ⑦フォーカシング経験年数or回数
- ⑧何を学びたいか

➤ これまでのフォーカシング体験室/勉強会に参加されたことのある方

- ①氏名
- ②何を学びたいか(リクエスト)

主催: カウンセリングオフィスしまんちゅルーム

E-mail: info@shimanchu-room.net

お問い合わせは筒井優介まで。

URL: <http://shimanchu-room.net>