

## ゲシュタルト療法とセンサー・アウェアネス

「今、ここ」での体験を大切にするゲシュタルト療法において、センサー・アウェアネスは根幹をなすものです。センサー・アウェアネスとは、「今、ここ」での呼吸、体の感じ、生きている自分自身をありのままに体験する、シンプルながらも、たいへん魅力的なワークです。

「今、ここ」での呼吸や体の感じなど、自分自身に丁寧に気づいていくことを目指したグループワークと個人ワークの体験を通じてゲシュタルト療法を学ぶ場を企画しました。

	日時（2026年）	内 容
第1回目	1月10日 13時～17時	「今、ここ」での自分の感覚に気づくグループワーク ゲシュタルト療法の個人ワーク
第2回目	2月14日 13時～17時	「今、ここ」での自分の感覚に気づくグループワーク ゲシュタルト療法の個人ワーク
第3回目	3月14日 13時～17時	「今、ここ」での自分の感覚に気づくグループワーク ゲシュタルト療法の個人ワーク
第4回目	4月11日 13時～17時	「今、ここ」での自分の感覚に気づくグループワーク ゲシュタルト療法の個人ワーク
第5回目	5月9日 13時～17時	ゲシュタルト療法の個人ワーク ゲシュタルト療法の理論の解説
第6回目	6月13日 13時～17時	ゲシュタルト療法の個人ワーク ゲシュタルト療法の理論の解説

\* 状況により、少々時間延長もありますので、ご了承願います。

### 【ファシリテーター】

中尾文彦（やまと精神医療センター）

精神科病院で心理士として長年仕事をしながらゲシュタルト療法の実践と研究をしてきました。

また日本ゲシュタルト療法学会の認定トレーナーとして週末に後進の育成をしてきました。

### 【参加費】

3万円（6回全納とする）

キャンセルポリシー：グループ開始後のキャンセルは参加費の返金は致しかねます。

### 【会場】

大阪市都島区都島中通り1-6-22（JR「桜ノ宮」or 地下鉄「都島」から徒歩約10分。「京橋」から徒歩約15分）スマホのアプリで検索してください。

### 【開催条件】

グループの構造上、最低5名以上の申し込みをもって、上記日程で開催します。

### 【申し込み・問い合わせ】

メール：y3tadas3@yahoo.co.jp tel 090-1588-0680 山本まで。

