

フォーカシングセミナー in しまね

「フォーカシング」はこころとからだの声に耳を傾け、そこからの知恵を生かしていく方法です。フォーカシング・モードで毎日を豊かに過ごしてみませんか。

「からだ日記」、「こころの整理」、「絵葉書フォーカシング」、「綿菓子シートでTAE*」・・・誰でもできる簡単なワーク“日常使いのフォーカシング”をいくつかご紹介したいと思います。初めての方でも全然大丈夫！大歓迎です。楽しい一日をご一緒しましょう。

by 笹田晃子先生

日 時：平成30年11月25日（日）10：15～16：45

場 所：島根県民会館305会議室（島根県松江市殿町158）

参加費：3500円（当日受付にてお支払いください）

定 員：25名

申込み：フォーカシング島根事務局（担当：土江正司）

focusing.shimaneshimane★gmail.com までお願いします。

（★を半角@に変えて送り先メールアドレスにしてください）

お名前、ご住所、電話番号、ご所属をご明記ください。

日本フォーカシング協会メンバーの方はメンバー番号をお知らせください

主 催：フォーカシング島根

笹田晃子先生 プロフィール

茨城県生まれ。国際基督教大学大学院修了。臨床心理士。東京、横浜、山梨を経由して徳島県に移り住んで12年。徳島でスクールカウンセラー、徳島文理大学非常勤講師。フォーカシング歴30年以上。国際フォーカシング・インスティテュートCNT。

*TAEとは、シンキング・アット・エッジ（thinking at the edge）の頭文字で、フォーカシングを応用して複雑な事象を巧みに言語化する方法です。フォーカシングの開発者ジェンドリン博士と夫人のメアリー・ヘンドリックス博士により開発されました。



日本フォーカシング協会への入会ご案内

日本フォーカシング協会は、フォーカシングを愛好し、生活や個人的成長に役立てたい方のための幅広いネットワークです。フォーカシングに関心をお持ちの方でしたら、どなたでも参加できます。詳しくはウェブサイトをご覧ください。<https://focusing.jp/>