

イメージとトラウマに応用

主催 札幌フォーカシングプロジェクト

5月18、19の両日、関西から星加博之さんを講師に招き、イメージとトラウマケアにフォーカシングを活用したワークショップを開きます。ワクワクするワークで、フェルトセンスがよくわからない方にもやさしい内容です。

18日はカラーズ、お魚フォーカシング、壺イメージ、透明人間フォーカシングなどイメージを中心とした多彩なフォーカシング。19日は自分自身にも、臨床にも役立つトラウマケアのフォーカシングです。フェルトセンシング、ポリフォセンス、トラウマ再編クレイワーク、カイロス・フォーカシングなどを予定しています。

以下のフォームからお申し込みください。参加をお待ちしています。

<https://forms.gle/ACJMQb3R9a4WYsWi7>

記

日時 5月18日(土) 13:00~17:30 19日(日) 10:00~17:00

場所 札幌市社会福祉総合センター第3会議室(中央区大通西19丁目)

参加費 両日8000円(日本フォーカシング協会メンバー7800円)、
1日のみ4000円(同3900円)

締め切り 5月13日(月)、定員25人に達した時点でキャンセル待ち

問い合わせ info@sapporo-focusing.org



【星加博之さん=写真】現在、武庫川女子大学オープンカレッジなどの講師。昨年まで関西大学専門職大学院講師など。臨床は、病院・企業・教育・私設CRなど。

臨床心理士、公認心理師、フォーカシングトレーナー、博士(臨床心理学)

【ワークの概要】

- ・カラーズ…自分が気になる色紙について、参加者にリスニングをしてもらいます。グループワークです。
- ・透明人間フォーカシング…ワークの中で自分自身が透明人間になったら何をしたいかをフェルトセンスで確かめます。
- ・フェルトセンシング…フォーカサーがある体験の感じを極端な姿勢(例・うつ伏せるなど)で表現。リスナーは自分のフェルトセンスとフォーカサーの反応を見つ、そこにどのように関わればよいかを探します。ほとんど言語は使いません。
- ・ポリフォセンス…自分の中にある多様な思いを一つ一つ描画し、それを丁寧にリスニングしてもらいます。
- ・トラウマ再編クレイワーク…紙粘土を使ってトラウマのケアをします。
- ・カイロス・フォーカシング…今のフェルトセンスと同様のフェルトセンスを体験した最も古いときにさかのぼり、その経験についてフォーカシングをします。