

# 気づきのワーク

～「自分見つめと身体を使ったエクササイズで  
心身が少しずつ開放されます」～



自分をより理解し、毎日をイキイキはつらつ歩くために  
こんな方におすすめ

何となく自信がない。  
なんとなく一段落した感じ。さてこれから何を目標にしようかな。  
今までがむしゃらに動いていたけどこれでよかったのか。  
ゆっくりしろ、と言われるけど、ゆっくり仕方がわからない。  
出会いもキャリアもないないない。この先私大丈夫かな。



- 【講師】 藤原 勝氏                      ビジョン カムトゥルー(株)代表取締役  
研修コンサルタント                      <http://vision-ct.co.jp/>  
TA研究部会 運営委員長  
日本ゲシュタルト療法学会 理事・公認トレーナー(暫定)  
著書に【3時間であなたの戦略をつくる】がある。
- 【日時】 平成28年5月14日(土)                      午前10時30分～17時30分  
平成28年5月15日(日)                      午前 9時00分～16時00分
- 【会場】 ホテル松金屋アネックス                      山形市蔵王温泉1267-16  
山形駅から送迎あり                      電話 023-694-9706  
(14日は山形駅→会場)(15日は会場→山形駅)
- 【受講料】 合宿コース                      27,000 円(1泊2日4食込み)  
1日コース                      10,000 円(1日1食込み)  
※早期割引                      3月中に合宿コースを申込の方は25,000円
- 【定員】 16名                      動きやすい服装でご参加ください。
- 【申込み】 28年5月6日までFAX・メールで申込みのこと。

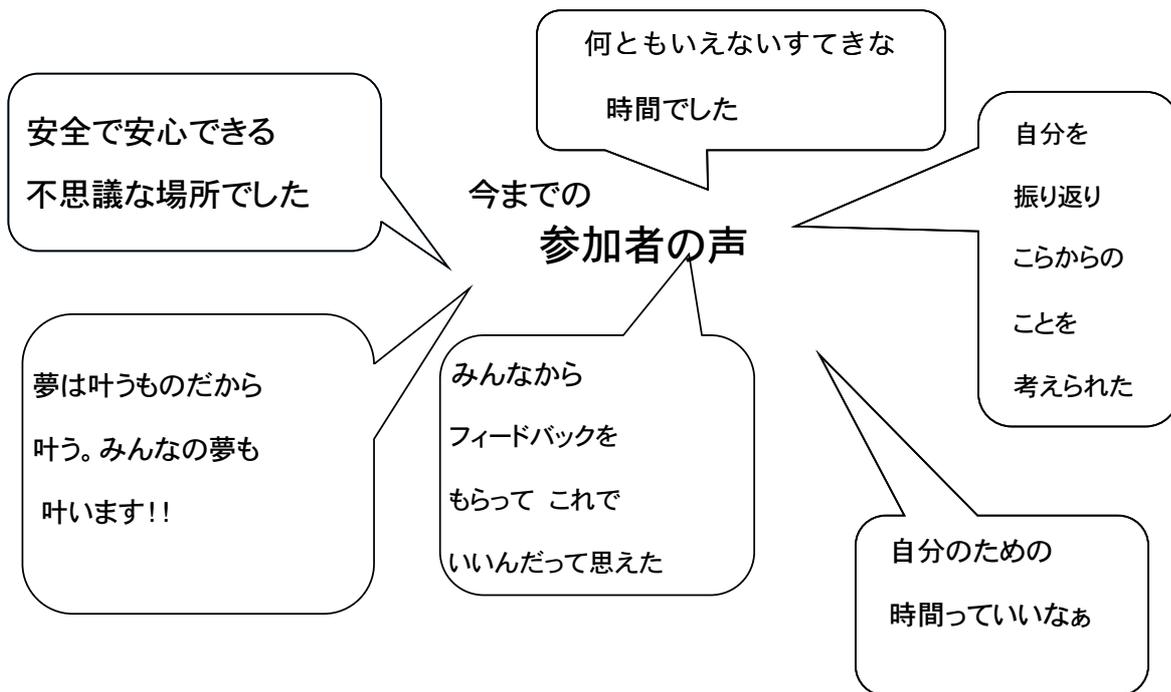


# 気づきのワーク

頑張ってるわたしへ ごほうび講座

大自然のなかで

ゆったりと自分自身に目を向けるセミナー



～ゲシュタルトと構成的エンカウンターを使って～

## プログラムの例

どこから、どこへ	5枚のカード
身体の声を聞く	人生で得たいもの
ゲシュタルト個人ワーク	体現する
小さいときなりたかったもの	自分のマップ作り
マジックショップ	最初の1歩