

# フォーカシング研修(ベーシック)

\*みなし更新研修対象講座

本講座では、フォーカシングについて体験的に学び、自分自身との対話を通して、自分や他者理解、支援者としての態度、リスニングのスキルアップを目指すことをねらいとしています。

## ●おススメポイント・学びの目標●

フォーカシングは、からだで感じられた「実感」から意味を見いだしていく方法です。心理、教育、保育、医療、福祉、芸術分野などで広く活用されており、他者と関わり、自分自身の在り方を見つめながら、生活の中で活かしていくことができます。相談援助者として、相手の話をどのように聴き、内的世界を感じ捉えていくのか。さまざまなワークを通して、『フォーカシングスキル』を活かしたコツを体験的に学びます。

日 時	2024年11月9日 (土) 10:00 – 17:00
内 容 (概要)	フォーカシングの創始者ジェンドリン (E,T,Gendlin : 1926~2017哲学者) は、ロジャーズと実践研究をし、カウンセリングが進展するか否かは、語られた「内容」ではなく、「語り方」だったということを見出しました。フォーカシングでは、最初ははっきりしない身体感覚、まだ言葉やイメージにならない「感じ」「…」(フェルトセンス) に注意を向けていきます。注意の向け方のコツ、練習できるようにしたものが、技法としてのフォーカシングです。語りながら、その言葉や表現でぴったりなのか、十分言い尽くしているのか、内側の感じを確かめながらそれにゆっくり触れていくことで、新たなことば、イメージ、状況や生活との関連や新たな意味を見つけていくことに繋がります。今回はさまざまなワークを通して、自分の内側に触れ、自分自身との対話を体験します。フォーカシング的態度を学び、聴き手の存在、リスニングについても気づきやコツを得ていく機会となるでしょう。
会 場	(一社) 日本産業カウンセラー協会 上信越支部群馬研修室 (群馬県高崎市問屋町3丁目10-3)
受講料 (消費税込)	会員 : 11,000円 非会員 : 13,200円 (会員は5P記録)
講 師	小池 順子 氏 (フォーカシングトレーナー 臨床心理士 公認心理師)
定 員	12名 (最少催行人数 6名) ※先着順、定員になり次第〆切
申込締切	2024年10月30日 (水)

お問い合わせは  
こちらまで

(一社) 日本産業カウンセラー協会 上信越支部 群馬事務所

TEL: 027-365-2575 (電話受付: 平日9:00 – 17:00)

✉ jse-kensyu@counselor.or.jp

申込み用  
QRコード



講座の詳細・お申し込みは、上信越支部のホームページにてご確認ください。(http://www.jaico-jse.jp/)

オンライン  
定例勉強会

- ・交流分析～“今、ここ”での自分自身の心のくせに気づき、よりよい対人関係を目指す 全3回  
(4/19(金)、5/24(金)、6/21(金))
- ・産業カウンセラーとして知っておきたい睡眠のはなし～質の良い睡眠へのセルフケア (7/19(金))
- ・発達障害への理解と支援 全3回 (8/9(金)、9/20(金)、10/11(金))
- ・産業カウンセラーとして知っておきたいメンタルと食の関係～食事が心と身体を作る (11/8(金))
- ・傾聴の質を高めるために必要なこと～「傾聴脳」をつくる (12/13(金))
- ・今更さけない「治療と就労の両立支援」 (2/21(金))

カウンセリング力  
を高める

- ・カウンセリング力を高めよう ～もっと身近に、カウンセリングマインド～ 全3回【Live】  
(9/22(日)、10/26(土)、11/24(日))
- ・フォーカシング研修(ベーシック)【Live】 (11/9(土))

シニア  
養成講座

- ・20 メンタルヘルス支援体制構築の実践的理解【Live】 (7/13(土)～7/15(日))
- ・23-1 シニア産業カウンセラーの理解(受講ガイダンス) (8/3(土) 14:00～17:00)
- ・23-2 産業カウンセラー倫理の実践的理解 (8/3(土) 10:00～13:00)

2024年3月

【申し込み方法】

1) Web : 支部ホームページから、あるいは表面のQRコードをお読み取りください。

\*ご注意\* お申し込み後、記載または登録されたアドレスへ、参加方法等のご連絡をさせていただきます。

ドメイン (@counselor.or.jp) の受信拒否解除の設定をお願いします。また、迷惑メールフォルダもご確認ください。

2) お申し込み後、各回申込締め切り日迄に下記口座にお振込みをお願いいたします(振込み手数料はご負担ください)。

入金確認ができた方から順番に受講確定となりますので、お早めにお振込みください。

なお入金確認のご連絡はいたしません。

＜振込先＞ 中央労働金庫 高崎支店 普通預金 No.4623901  
(一社) 日本産業カウンセラー協会 上信越支部

【個人情報の取り扱いについて】

「個人情報の取り扱いについて」は右記のQRコードをご確認ください。

個人情報は、お申し込み受付後のご連絡や当協会主催の各種事業をご案内するために利用させていただきます。



【キャンセル・中止について】

\* 自己都合によるキャンセルは、10月30日(水)17:00迄に事務局にご連絡をいただければ、受講料より振込手数料を控除して返金いたします。なお、それ以降は一旦お振込みいただいた受講料のご返金はいたしませんのでご了承ください。

\* 最少開催人数に満たない場合、あるいは開催者側の都合により中止となる場合は、ご連絡の上、受講料全額を返金いたします(振込手数料支部負担)。

\* 開催当日あるいは直前に、災害等により緊急やむを得ず開催を中止とする場合には、連絡が間に合わない場合もございます。あらかじめご了承ください。