

# ゲシュタルト療法



# アレクサンダーテクニーク (AT)

ゲシュタルトセラピーとATは成立もその後の広がり方も全く違う流れです。ATは身体の使い方へのアプローチであり、いわゆるセラピーではありませんが、心身統合のためのワークです。ワークの過程でセラピューティックなことが起こることは多々あります。

ゲシュタルトとATの共通項は沢山あり、そのひとつはクライアントが心身ともに「今、ここ」にいることを助けます。

ゲシュタルトのワーク中にATを使ってみたり、ATのワーク中にゲシュタルトを使ってみたら、どんなことが起こるでしょうか？全く新しい試みです。ご一緒に体験してみませんか？

第2回  
コラボレーション  
企画！

2024年6月2日(日)  
10:00 ~ 17:00

## ◆会場

リキハウス  
東京都世田谷区赤堤1-22-20  
・東急世田谷線 松原駅から徒歩5分  
・小田急線 豪徳寺駅から徒歩8分

## ◆参加費(消費税込み)

・22,000円  
・早割：16,500円(4月30日(火)まで)

## ◆お支払い方法

銀行振込  
※詳細はお申込み後にお知らせします。

## ◆締め切り

5月25日(土)

## ◆定員

8名

## ◆キャンセルポリシー

・5日前から 50%  
・3日前から 80%  
・当日 100%

Gestalt therapy

## ◆田中 千恵子



日々の悩みから心理療法に入り、研修講師を経て更に心の学びを深め、50歳でゲシュタルト療法に出会う。ゲシュタルトワークの体験を重ねて自分自身のトラウマを少しずつ癒し、気が付いたらセラピストになっていた。ATを10年間学び、セラピーに活かしている。

Alexander technique

## ◆芹沢紀美子



2010年からBody Chance 教師養成コースで教える。50歳を過ぎてからアレクサンダーテクニークを学び始めた。人生の暗闇を経験したことがきっかけでいろいろなセラピーやボディワークを受け、アレクサンダーテクニークに出会う。ゲシュタルト療法は、クリスティン・プライスに3年間トレーニングを受けた。

詳細・お申込みはサイトまで

