

神奈川・二日間森田療法入門講座

(生きづらさを感じているあなたに)

主催：「NPO法人 生活の発見会」神奈川ブロック

森田療法は日本発の神経症に対する精神療法です。この精神療法はカウンセラーがいなくても、学習による理論とその実践で適用可能です。その内容と実践方法のアウトラインを知ってもらうための二日間の講座です。最近では新型コロナウイルスのことが気になって仕事が手につかない、電車に乗るのが怖くて会社へ行けない等… そんな悩みも多くなっています。

特に日頃会社や学校などでの人間関係の問題や組織の中で生きる事のストレスに晒されて体調を崩している人、あるいは「神経症」まで発展させた人を対象にしています。そのための入門講座として、神奈川地区で開催します。講座を担当するのはそのような悩みを経験した先輩です。

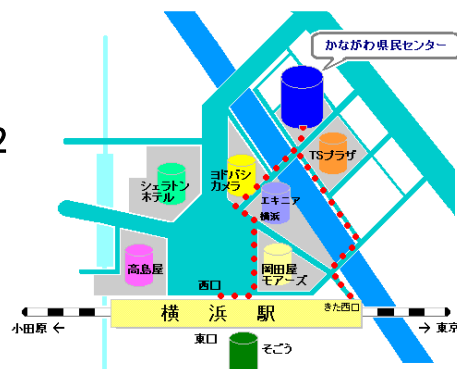
参加してみませんか！ お待ちしています。

日時：2020年9月12日(土)及び9月26日(土)ともに
13時～17時

場所：かながわ県民センター(横浜駅徒歩5分)705号室
〒221-0835 横浜市神奈川区鶴屋町2-24-2
☎ 045-312-1121 (代表)

会費：2,000円

定員：10名(市民の方を優先します)



— プログラム —

第1日 9月12日(土) <705号室>	第1章 現代は生きづらい世の中 ～悩んでいるのはあなただけではありません～ 第2章 森田療法について * 森田療法で使用の日記の書き方:この後1週間の日記作成の説明
----------------------------	---

第2日 9月26日(土) <705号室>	* 日記を提出して貰います。(コメント記入後、後日郵送にて返送) 第3章 森田療法の目的と実践方法 第4章 一步を踏み出したあなたへ ～より良く生きていくために～
----------------------------	---

○参加を希望される方は、電話またはメール、FAXで「住所又はメールアドレス・電話番号・氏名及び【森田療法入門講座】参加希望」と記入の上、下記までお申し込み下さい。

○申し込まれた方には、詳しい時間入りプログラム及び会場案内図をお送りいたします。

○申し込み先 神奈川ブロック入門講座担当：

本山 尚光 TEL: 045-891-9563(18-22時)

E-mail : naowk@nifty.com

香西 博子 TEL: 090-3312-3872(20-22時)

E-mail : hiroko_k@blue.ocn.ne.jp

学習会参加の方は、神奈川県内の集談会に1回無料で参加できます。 □ (参加印)
[生活の発見会及び森田療法についての詳細は、こちらのHPをご覧ください。]

NPO法人 生活の発見会

TEL 03-6661-3800

HP <https://hakkenkai.org>