

アティテューディナル・ヒーリング(AH)

3日間ワークショップのご案内

アティテューディナル・ヒーリング(AH)とは、1975年に精神科医であるジェラルド・ジャンポルスキー博士が始めた、「こころの平和をつくること」を唯一の目的として、自分の責任でこころの姿勢(アティテュード)を選び取っていくという活動です。

このたび、高松で3日間のAHワークショップをひらくことになりました。参加要件を満たせば、一日のみの参加も可能です。「人の話を聞くことが自分のやすらぎにつながっていく」そんな体験と学びを、一緒にいかがですか。

① 入門ワークショップ

日 時：2018年5月11日(金)10:00～16:00
会 場：古新町こころの診療所
高松市古新町10-3砂屋ビル6階(TEL:087-802-2205)
定 員：10名
参加要件：どなたでもご参加できます。
当日までに『怖れを手放す』(星和書店)をお読みください。
『怖れを手放す』は当日使用しますのでご持参下さい。
参加費：6,000円(事前申込)
コーディネーター：安斉知子(AHJ)

② 実践ワークショップ

日 時：2018年5月12日(土)10:00～16:00
会 場：高松市生涯学習センターまなびCAN 小研修室
高松市片原町11番地1(TEL:087-811-6222)
定 員：15名前後
参加要件：1)「入門ワークショップ」を修了されている方
できるだけ『続・怖れを手放す』(星和書店)を読んでご参加ください。
当日は『怖れを手放す』『続・怖れを手放す』をご持参ください。
2)対人援助職、または親や介護者など対人援助をされている方
参加費：7,000円(5月11日の入門ワークショップに参加される方は、1000円割引)
コーディネーター：水島広子(AHJ代表)、安斉知子(AHJ)

③ 「ゆるし」のワークショップ

日 時：2018年5月13日(日)10:00～16:00
会 場：高松市生涯学習センターまなびCAN 小研修室
高松市片原町11番地1(TEL:087-811-6222)
定 員：20名前後
参加要件：1)「入門ワークショップ」を修了されている方
2)「ゆるし」に関心をもっておられる方。
自分の心の平和の妨げになっている「ゆるしに関するテーマ」を持ち寄っていただきます。
参加費：8,000円(5月11日の入門ワークショップに参加される方は、1000円割引)
コーディネーター：水島広子(AHJ代表)

詳細は：AHJ公式ホームページ(<http://www.ah-japan.com/>)をご参照ください。

◎申込方法：いずれも参加希望の方は、ともこ(ahtomoko@yahoo.co.jp)までご連絡ください。

主催：アティテューディナル・ヒーリングジャパン(AHJ)

高松でのお問い合わせ：E-Mail / nonnol@niji.jp

TEL/080-3165-5659 (山下まで)