



市民のための
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を必要としない、一人でもできる療法とされています。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。

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、神奈川地区で開催いたします。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。お待ちしております。

日時：2019年7月20日(土) 及び 7月27日(土) とともに 13時～17時

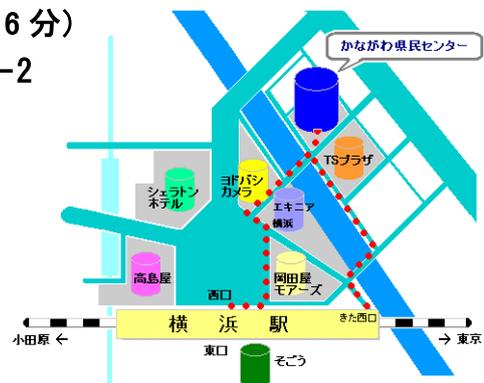
場所：かながわ県民センター（横浜駅西口から徒歩6分）

〒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7月20日(土) 705会議室	第1章 森田療法は受け入れ療法です。 第2章 治そうとすると治らない心の病(神経症)があるのです。 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 7月27日(土) 705会議室	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 実践方法 第4章 適応障害の森田療法 (生きづらさを感じている人のために)
------------------------	--

○参加を希望される方は、電話またはメール、FAXで「住所・電話番号・氏名及び

【入門森田療法講座】参加希望」とご記入の上、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