

### 【トラウマディレクティブ・タッチ 連続ワークショップのご案内】

田中千佐子さんからトラウマに方向づけしたタッチを学ぶ連続ワークショップを開催します。毎月座学のライブ配信 30~40 分程度と、対面実習トレーニング 3.5 時間、全 10 回という贅沢な企画です。

### 【講師】

田中千佐子

アレクサンダーテクニーク教師 (ATI 認定)

ソマティック・エクスペリエンシング® (SE™) プラクティショナー

SE™ 上級個人セッション、初級ケースコンサル・プロバイダー

SE™ インターナショナル オーガナイザー

ベイツメソッド教師 (英国 College of Vision Education 卒)

薬剤師、臨床検査技師

頭蓋仙骨療法 (アプレジャー インスティテュート)

日本アロマ環境協会認定 アロマセラピスト&インストラクター

### 【カリキュラム骨子】

★身体の解剖学

★セラピストの居姿- 体を楽しむ 立つ かがむ

★タッチとエネルギー- ペリパーソナルスペース、腕、手、指

★グランディング- 体のイメージ&body スキーマ 足のタッチ 股関節マッピング

★呼吸を考える- 呼吸を楽しむ

★『身体のためのポリヴェーガル理論』復習と実践

★HPA 系ストレス- 脳幹、副腎、腎臓のタッチ

★インテンションとアテンション- 体のイメージ&body スキーマ&体全体の繋がり

★色々なボディーセラピー- クラニオ・セイクラル、リンパドレナージュ、アロマー-long stroke

★声を考える- 体に響く音、声 聴覚、チャクラタッチ

★目を考える- 目と扁桃体 定位反応 後頭部から目の動きをみる

★倫理的な配慮と境界線、情報の聞き取り方とアセスメント

### 【受講対象】

★基本的に実習の全日程に参加できる方

★心理職でタッチに興味のある方

★タッチの質を高めたいボディーワーカー

(タッチの経験年数は問いませんが、神経系やトラウマについての詳細な説明はありません)

【日時】

※※変更になる可能性があります※※

2023年5月から2024年3月まで全10回  
実習は15:00~18:30、座学の配信は19:30~

2023年

① 5月

座学11日(木) 実習20日(土)

② 6月

座学16日(金) 実習24日(土)

③ 7月

座学13日(木) 実習22日(土)

④ 8月

座学10日(木) 実習19日(土)

⑤ 9月

座学21日(木) 実習30日(土)

10月

休み

⑥ 11月

座学20日(月) 実習25日(土)

⑦ 12月

座学7日(木) 実習16日(土)

2024 年

⑧ 1 月

座学 10 日(水) 実習 13 日(土)

⑨ 2 月

座学 8 日(木) 実習 17 日(土)

⑩ 3 月

座学 14 日(木) 実習 23 日(土)

**【実習場所：マジックハンズ】**

最寄り駅は錦糸町駅で、そこから徒歩 6 分の三和ビルの 2 階です。アクセスの詳細はこちらから→<https://magichands-ac.jp/blog/blog/20210807180957-1699/>

※開始時間より前においでになっても入室することはできません。待合スペースもございませんので、時間ぴったりにお越しください。入室後はセッティングなどにご協力いただくと助かります。

**【定員】**

12 人（最少催行人数 10 人）

**【参加費】**

おひとりあたり全 10 回分/77,000 円、1 か月あたり 7,700 円です。

分割払いも可能です。

お振り込み先は受講が確定された方にご連絡いたします。お願いした期日までのお振り込みが確認できない場合はキャンセルとなります。

**【実習の持ち物や服装】**

- ★各自、大判のバスタオルを 2 枚とフェイスタオルを 2 枚（初回のみ不要）
- ★動きやすい服装でいらしてください。スカートやヒールのある靴は向きません。
- ★メモのためにクリップボードなどをお持ちになると便利です。

**【ご注意】**

- ★ワークショップの内容は受講生の希望次第で変更になる場合があります。
- ★応募多数の場合は先着順とさせていただきます。

★座学部分は後日全員に録画の配信を行います。

★実習は毎回受講生同士でペアを組み、交換セッションを行います。

★実習をやむを得ず欠席された場合には補修を受けることができます。(録画などの配信はありません。補修はペアになってくれる方をお呼びいただいて、一人当たり 1 回につき 10,000 円/1 時間にて受講できます。ペアになった方への指導はありません。日程などは千佐子さんと個別にご相談ください。)

★実習中はマスク装着にご協力ください。また、当日はアルコール消毒・換気などの感染対策を行います。体調がすぐれない場合には受講していただくことができません。

★実習中のトラブルや体調の異変は運営側への報告をお願いします。できる限りのサポートは致しますが、基本的にご自身の責任において対処してください。

★このセミナーで知り得た情報については守秘義務が発生します。

#### 【お申し込み】

以下の内容をお書き添えの上、石川詩織 shiori.wf☆gmail.com までご連絡ください。(☆をアットマークに変えてください)

①氏名、②連絡先メールアドレス、③お仕事と経験年数、④千佐子さんへの質問やリクエスト

#### 【締切りと参加確定】

募集は 4 月 8 日で締切り、4 月 15 日までに参加が確定した方への通知をいたします。

#### 【お問い合わせ】

事務的なお問い合わせは石川詩織 shiori.wf☆gmail.com までお願いいたします。(☆をアットマークに変えてください)

講座内容に関するご質問については、石川から千佐子さんにお取り次ぎいたします。

#### 【企画趣旨】

タッチは、テクニックや言葉を越えたところでダイレクトに、容赦なく、セラピストの実態が相手の方に伝わります。だからこそ効果的でもあるのですが、トラウマセラピーに取り入れるには躊躇いも生まれがちなのではないかと思えます。私の場合は特に、セクシャルトラウマや解離を持つ方に対しては迷いや疑問がとても大きなものになりがちです。まずは自分を整えなくては・・・ と思うものの、何から手を付けようかと考え始めた時点で、整った状態からは離れていってしまうように感じます。

片や、私が体験してきた千佐子さんのタッチは、クライアントの安定化であり、同時にセラピーであり、ありのままを見守ることと働きかけることとがいつも絶妙にバランスされていました。千佐子さんがご自身のタッチについて「意図を持ちながらも変えようとしな」とおっしゃる、まさにその言葉の通りだと感じます。

その千佐子さんのタッチにいくらかでも近づきたい、学ばせていただきたい、そう思ってまとめたのがこの企画です。エネルギーについて千佐子さんに解説していただくことも計画中ですし、様々なモダリティのタッチや、ベイツメソッド（視覚・眼・「物の見え方」を楽にするメソッド）のエッセンスも盛り込んでくださる予定です。

「タッチを使いたいけれど、どうやってセッションに取り入れれば良いのかわからない」という心理職の方や、「もっとタッチについて深めたいけれど、どうやって学べば良いのかわからない」というセラピストの方も、是非ご参加くださいませ。



F. M. アレクサンダーのハンズオン