

ホリスティック医学を学ぶ際の基盤となるのが、ボディ
ーマインドースピリットという3つの有機的な関係性です。



その中でも、マインドはその繋
ぎ役ともいえる位置にありなが
ら、現行の心理学ではあまりに
もボディから離れてしまっている
傾向が見られています。

「ソマティック心理学」は、ホリスティックな心理学とも
いわれますように、心理学でありながら、常にボディと
スピリットとの関係性に基づいています。

<講座内容の紹介>

◎第1回(5/10)

「呼吸すること Breathing」

◎第2回(6/7)

「触れること Touching」

◎第3回(7/5)

「見ること Looking」

◎第4回(8/2)

「統合すること Integrating」

◎会場:ホリスティックヘルス情報室セミナー室
(地下鉄「溜池山王」駅9番出口徒歩2分)

「ソマティック心理学」の概論から、ボディワーク、そして、
脳科学、最前線の話まで、大変充実した内容になって
おります。どうぞご期待ください!

◎申し込み方法

「ソマティック心理学」講座申込みとして、下記の
項目をメールまたはファックスでお送りいただき、お振
込み下さい。振込みをもって正式受付となります。

- ① 講座名②日程③氏名(ふりがな)④住所⑤連絡
先(当日つながる電話番号)⑥メールアドレス

■受講料: 4回 21,600円(税込)

■講師: 久保隆司(日本ソマティック心理学協会会長) /
1963年生れ。大阪大学人間科学部卒。米国ジョン・F・ケネディ
大学大学院修了。専攻はソマティック心理学(身体心理学)。臨
床心理士。心身問題の神道学・宗教学領域からの探求のため、
国学院大学博士課程にも在籍。著書『ソマティック心理学』、『イ
ンテグラル理論入門I・II』(ともに春秋社)など。

■日程: 各回 19:30~21:30

5/10、6/7、7/5、8/2(すべて木曜日)

<各回の内容の概要>

◎第1回テーマ:「呼吸すること Breathing」~呼吸は原初生命
体の源であり、生きている身体(soma)の基本リズムを刻みま
す。呼吸関連のワークを通して、特に脳幹と横隔膜の働きに焦
点を当てながら、気づきの体験を深めます。デモ・セッション1

◎第2回テーマ:「触れること Touching」~タッチと幸せホルモ
ン(オキシトシンなど)との関係性は、近年よく話題になるテーマ
です。触覚関連のワークを通して、特に大脳辺縁系と皮膚の働
きに焦点を当てながら、気づきの体験を深めます。デモ・セッ
ション2

◎第3回テーマ:「見ること Looking」~見ることは意識状態と強
く関連します。見つめ合うことは対人関係にとって重大であり、
特に母子間のそれは愛着の基盤です。視覚関連のワークを通
して、間主観性に焦点を当てながら、気づきの体験を深めま
す。デモ・セッション3

◎第4回テーマ:「統合すること Integrating」~これまで3回の
呼吸・触覚・視覚のワークの統合を図ります。統合することに関
連するワークを通して、間身体性に焦点を当てながら、身心一
如(body, emotion, mind, spirit)の気づきの体験を深めます。デ
モ・セッション4

■ 主催・お問い合わせ: (有)ホリスティックヘルス情報室

Eメール: hic@a7.rimnet.ne.jp

FAX: 03-5572-8219

URL: <http://holistichealthinfo.web.fc2.com/index.html>

◎ お振込先

三菱東京UFJ銀行虎ノ門中央支店 普通5832950 (有)ホリスティックヘルス情報室

