

## ファミリー・コンステレーション・オンライン・セミナー 2021～2022

### 「柔軟な生き方への講座 / 木曜日のクラス」

20 年間、ファミリー・コンステレーションを日常生活の中で実践して、得てきた様々な生きるためのコツやヒントを惜しみなく提供するオンライン・セミナーです。

受講生が提示する生きるための全ての問いや迷いに対して、共に実験し、心の中を整理し、自らのうちに柔軟に対応する能力を育てていただきます。

- この講座は全日程をオンラインで行います。定員最大 6 名
- ファミリー・コンステレーションの知識、経験が多少はあるが応用の方法を知りたい、またはトレーニングを受講したことがあるが日常で活かしきれていない、あるいはオンラインという手法を通しておさらいをしたい、月に一回、自分を調整するために活用したいという方を対象に行います。
- ワークショップ、トレーニング、コーチングを組み合わせたものとして企画しました。ファミリー・コンステレーションの手法を通して、受講生全員で個々の問題を共有し、解決を模索することで、「問題」と認識しているものが実は何を含み、どう働くかを知り、それをどのように変容させるかを学んでいきます。
- 私たちがどのように見えないルールに従い、あるいは逆らい、縛られていたり、または護られていたりするかを説明していきます。身体と心と魂は様々なルールに従っています。そのルールの存在を知り、それらを理解することで、私たちは生命の力を効率よく使うことができるようになり、日常生活で無駄に疲労することがなくなります。
- オンラインとはいえ毎月のように会し、提案や助言、質問や会話を繰り返すことが、古い行動の癖に引きずられたり、混乱したり、逆戻りすることを防ぎ、楽になっていく変化を感じることを可能にします。
- コンステレーションの場では開放感を味わったけど、日常生活に戻った時に感じ取ったこと、学んだことをどのように活かしていいのかわからないという人がいます。実践的な活用のための様々なコツを伝授します。

□ 例えばこのような問題を一緒に解き明かしていきます。

### 親子関係の悩み

- 介護をしているが、つい親に対してきつく当たり自己嫌悪に陥る。
- 親が他界した後、後悔ばかりが押し寄せる。

### 男女関係、パートナーシップの悩み

- 別れた相手への執着を断ち切れない。
- なんでこんな簡単なことがわからないのか、相手がバカに見える。
- 別れの傷から恋愛恐怖症。また傷つくのが怖い。

### 自分に対してのこのような悩み

- 常に焦っていて、もっとできるはずだと自分を責め続けている。
- どうせ私なんか、何やってもうまくいく訳がない。自分は劣っていると思う。
- 不運が続き、暗雲が晴れる日が来るとは思えない。

### 仕事と私生活の調和についての悩み

- 家族経営での仕事と家族の優先順位の整理
- 信仰心と経営の調和の方法
- 師弟関係、家族関係、経営上の役職
- クライアントとの距離感

○ 月に1回（8月、12月を除く）木曜日に丸1日をかけて、日々陥る悩みや生き辛さや、より効率の良い活用の仕方に焦点を当て、生きるのがどれくらい楽になるのか、容易になるのかを試すための様々な実験をし、練習し、その後の人生をそれと共に生きていけるように自分という土台を整えます。

○ 1日の講座で問題に働きかけることができるのは一名、多くても二名です。

そこに詳細な説明を加え、質問を受け、その答えを共有し、必要に応じてコンステレーションの手法を用いたエクササイズを行います。この過程が不安や恐れや感情に振り回される状態から、自分の感受性を信頼し、感覚を頼りに歩いていく練習となります。

○ この講座の参加者が、実際のファミリー・コンステレーションのワークショップに参加して学びたいという場合、働きかけなしでの参加費は1日につき11,000円（税込）となります。働きかけありでの参加は一般と同じです。

○ この講座はセラピストやファミリー・コンステレーションのファシリテーターを養成するためのものではありません。また、精神医療従事者、心理療法士としての資格を授与するものではありません。

## 「柔軟な生き方への講座／木曜日のクラス」

### スケジュール

#### Part 1

パートナーシップなど人間関係の問題に関して、参加者の必要とするテーマに沿って行います。

- ① 2021 年 5 月 13 日
- ② 2021 年 6 月 10 日
- ③ 2021 年 7 月 8 日

---

8 月は休み

---

#### Part 2

仕事とそこに関わる人間関係に関して、参加者の必要とするテーマに沿って行います。

- ④ 2021 年 9 月 16 日
- ⑤ 2021 年 10 月 14 日
- ⑥ 2021 年 11 月 11 日

---

12 月は休み

---

#### Part 3

無意識の行動が何をもたらすか、原因不明の苦しさにに関して参加者の必要とするテーマに沿って行います。

- ⑦ 2022 年 1 月 20 日
- ⑧ 2022 年 2 月 17 日
- ⑨ 2022 年 3 月 17 日
- ⑩ 2022 年 4 月 14 日

#### ○ 1 日のおおまかなスケジュール

10 時～12 時半 / 昼休憩 90 分 / 14 時～15 時半 / 休憩 30 分 / 16 時～17 時半

#### 許可事項／禁止事項

- 講座の中のファミリー・コンステレーションの内容や講義、説明をノートにとることは、ご自身の学びのために限定して許可します。録音、録画はお断りします。また、その講座の内容を書籍化したり、許可なく録音したり、内容をホームページ、SNS などに掲載し、出版、販売することは一切禁止します。エクササイズの内容は守秘義務の対象となります。講座の内容は全て個人の傷や痛みを共有することを前提に構築されています。それは決して部外者に漏らすべきものではありません。くれぐれも慎重に敬意を持って取り扱ってください。
- オンライン講座の配信媒体によっては録画機能がついていることがあります。もし、そのような媒体を使用した場合、その録画は参加者全員の個人情報となります。部外者に見せることは一切禁止します。
- 講座の内容はコンステレーションズ・ジャパン®独自の研究成果であり、知的所有物です。同時に体験されるプログラム内容は、受講料を払い、時間と労力を惜しまず受講した方々でのみ共有されるべきものです。参加者がインターネットやご自身のセミナーなどで当セミナーの内容（エクササイズ含む）を公表することを禁止いたします。
- セラピスト、ファシリテーターの方へ  
こちらの講座で説明されたことを自身の体験として消化し、システムについて理解できるまでは他者に伝えないようにお願いします。クライアントやセミナー参加者とは、セミナーやワークショップで体験した方法を真似し、繰り返すものと思ってください。  
自分が参加したワークショップ、トレーニング、講座の内容を悪気なく模倣して提供したしたら、同じようにその後の参加者も悪気なく模倣し、他者に提供します。  
伝言ゲームのように広まったコンステレーションの質は5年後、10年後には最初のものとは似て非なるものとなっていることでしょう。10年後、20年後の影響までも考慮して、自分の理解が不完全な段階では他者に伝えないでください。  
未来のクライアントが受け取るファミリー・コンステレーションが最良の質となるように、今日の判断をしてください。

#### 欠席について

- この講座に補講はありません。その代わりに欠席1日に対して、ワークショップ2日間に参加することが出来ます。ただし、補講としてのワークショップ参加では、問題への働きかけを受けることができるとは限りません。時間的に可能な場合の対応となります。

### キャンセルについて

参加者の事情によるご入金後の受講取り消しにつきましては、下記の要領でキャンセル料と手数料等がかかりますのでご了承下さい。

- 講座開始日の 14 日前～7 日前まで：お振込金額の 10%
- 講座開始日の 6 日前～2 日前まで：お振込金額の 30%
- 講座開始日の前日～当日：お振込金額の 100%
- 連絡なしの欠席、不参加は、キャンセル料金として全額を頂戴いたします。
- 講座中途での受講者都合によるキャンセルに対しては原則として返金はありません。  
ただし、本人または家族の急病、天災、事故等による理由で継続できない場合、手数料、参加日数の受講料を差し引いた上で払い戻しをしますが、入院証明書、事故証明書の提出、またはそれらに代わる医療機関等での支払いを表す領収証のコピー等の提出をお願いいたします。

### 受講料について

- 「柔軟な生き方への講座」 300,000 円+消費税=330,000 円  
◇ 木曜日のクラス 2021 年 5 月 13 日～2022 年 4 月 14 日

### お支払い方法

- ホームページからお申し込みの際、お支払い方法を、PayPal、クレジットカード、銀行振込からご選択いただけます。銀行振込を選択された場合、振込先は以下の通りです。

#### 【振込先】

- ゆうちょ銀行  
口座名義人：コンステレーションズ・ジャパン  
記号：19030 番号：18645281

(銀行からゆうちょ銀行へお振込みの場合)

店名：九〇八（キュウゼロハチ） 店番：908  
口座番号：（普通預金） 1864528

お申し込みには、同意書と参加申込書をコンステレーションズ・ジャパン宛にご郵送、もしくはスキャン画像をメールに添付してご送付ください。

## 同意書

私はこのオンライン講座が学びの場であり、ワークショップと違い、個人の問題への解決を  
探るためだけの環境ではないことを理解しています。オンライン講座で行われる受講生個  
人の問題への働きかけは、受講生全員の学びのためになされることを理解し、問題の解決は  
副次的な産物として受け止めます。学びよりも個人的な問題の解決を優先する場合は、この  
講座外のセッション、ワークショップに求めます。

私はオンライン講座の中で録画される場合、その内容は一般に公開されるものではないこ  
とを承知しており、その記録に関して権利または異義を申し立てません。

感情的、身体的変化を体験する可能性については参加を決めた自己の責任であることを理  
解しています。感情や体調に変化があり、助言等を必要とする場合は、すぐにコンステレー  
ションズ・ジャパン®担当者に連絡、相談します。

私は記載されている、募集条件、注意事項、内容について承知し、それらに同意の上でコン  
ステレーションズ・ジャパン®主催の「柔軟な生き方への講座」木曜日のクラスに申し込み  
ます。

署名年月日      令和      年      月      日

名前 \_\_\_\_\_ (印)

住所 〒 \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

※ この用紙のコピーを保存くださるようお願い致します

ファミリー・コンステレーション・オンライン・セミナー 2021～2022

「柔軟な生き方への講座 / 木曜日のクラス」

参 加 申 込 書

私は記載されている、募集条件、注意事項、内容について承知し、それらに同意の上で  
コンステレーションズ・ジャパン®主催「柔軟な生き方への講座」木曜日のクラスへの  
参加を申し込みます。

署名年月日 令和 年 月 日

ふりがな  
名 前

印

住所 〒

電話番号／FAX

携帯電話番号

携帯メールアドレス

e-メールアドレス

職業

生年月日

※コンステレーションズ・ジャパン®は、上記、個人情報をコンステレーションズ・ジャパン®と、そこに関連するトレーニング、ワークショップに関する用件のみに使用致します。



## コンステレーションズ・ジャパン®

連絡先：札幌オフィス

〒063-0035

札幌市西区西野5条8丁目5-15-201

TEL/FAX：011-662-9576

Homepage：<https://constellations-japan.com/>

千葉オフィス：千葉縣市川市

※ コンステレーションズ・ジャパン®の名称は商標登録済みです。