

コンステレーションズ・ジャパン®主催

---

恋愛、結婚、パートナーシップに関する悩み

お金と仕事に関する悩みを通して

ファミリー・コンステレーションの基本を学ぶ

## 短期集中トレーニング

—人数限定 8 名以内—

---

内容は、恋愛、婚活、パートナーシップといった人間関係に焦点を当てた第1部、お金と仕事に焦点を当てた第2部に分かれていますが、部(パート)ごとの単発参加が可能です。

### 日程

○ 第1部 : 2023年9月1日(金) ~ 3日(日) 10時~18時

「恋愛、結婚、パートナーシップのうまくいく立ち位置、うまくいかない立ち位置」

◇ 第1部のアフターサポートは、オンライン・コーチング3時間分

(税込49,500円相当/2024年3月末まで有効)が付きます。

※ 第1部は期日が近いことから大きめのサポートが付きました。

○ 第2部 : 2023年11月23日(木/祝) ~ 25日(土) 10時~18時

「お金、仕事の問題と、自分の中の男のエネルギーとの関係」

◇ 第2部のアフターサポートには、オンライン・コーチング1.5時間分

(税込26,400円相当/2024年3月末まで有効)が付きます。

☆ 講座後のアフターサポートのオンライン・コーチングは、コンステレーションズ・ジャパンのホームページから専用のクーポンコードを使用してご自身で日時をご予約ください。

### 会場

東京都江東区 (詳細はお申し込みの方に直接お知らせします)

### 受講料

第1部、第2部 : 各11万円 (税込)

### お支払い方法

ホームページからお申し込みの際に、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。

二つのテーマで学ぶ、ファミリー・コンステレーションの基礎集中講座です。

**無意識の刷り込みが人生を難しくしていることに、  
まず気づくことからトレーニングは始まります。**

- ☆ 愛とお金の二つの角度から、生きていく中で湧き起こる共通の問題の背景を読み解き、個別の事例がどのように共通の課題を内包しているかを理解し、命が従うルールを体感するための実験をし、経験することで身体感覚が何に従うと心地良いかを見つけていきます。より楽な生き方を選択できるように訓練を行います。

**多くの人に共通するこれらの課題**

＜恋愛の快感と不安、結婚の普通さと安心／結婚で表面化する相手への無意識の投影／夫婦間の愛と親子間の愛の区別の仕方／相手に依存しない自分の居場所の作り方＞

＜お金に対する過度の期待／無意識にお金を怖がっている／自分には受け取る価値がない／お金と友達になる方法／職場で過去に起きたトラウマが同じポジションの人に降りかかる／疲弊する職場での力関係＞

- ☆ 人生の悩みの二大要素、愛とお金をテーマに、愛についての回、お金と仕事についての回を通して、数々の壊れかかった人間関係を救い、多くの人が自ら招き寄せていた不運のエネルギーを良運へと方向転換させてきたプログラムを、短期集中トレーニングで教授します。
- ☆ 第1部のみ、第2部のみ(パート)ごとの参加が可能です。
- ☆ 原因不明の自己否定感、劣等感、罪悪感、自己嫌悪がどこから来るのかを知り、そこから抜け出す方法が解ると、楽に、自分らしくいながら、対人でも対お金でも、自然に良いパートナーシップを築くことが可能になるのです。

---

自己肯定感を取り戻すと愛は流れるようになり、お金の不安は流れ去ります

---

相手も、自分自身も、お金とも、全方向を尊重できる関わり方のために

☆ 例えばこんな恋愛、婚活、パートナーシップの悩みを抱えている ☆

- 絶対うまくいかない相手ばかり好きになってしまう
- 不倫関係から抜け出せない
- いつも与えすぎて、貢いでつくして捨てられる
- 女性に母親代わりを求めてしまうけどうまくいかない
- 男性に父親代わりを求めてしまうけどうまくいかない
- 姑や舅が、あるいは実の親が自分の結婚に介入してくる
- 婚活にがんばっているのに全然マッチングしなくて疲れ果てている
- パートナーのいいところがもはや見えない
- 相手への愛情が深まり始めると逃げたくなくなって関係を自らぶち壊す
- 結婚したいけど男性不信、女性不信
- 不妊治療で心が折れる
- 性行為をプレッシャーに感じる

☆ 例えばこんなお金と仕事の悩みを抱えている ☆

- 真面目に働いているのに何故かいつもお金がない
- お金はあるのにいつも不安、使って減るのが怖い
- 買い物依存をコントロールできない
- 自分の能力を安売りして報酬に妥協する
- 自分には必要な金額を稼ぐ能力がないと感じる
- お金に関して騙されやすい
- 正当な報酬のはずなのに受け取ることに罪悪感を感じる
- 相続の問題で家族がもめている
- 夫が働かないで自分がサポートしている、などなど

これらの原因を炙り出し、エネルギーのベクトルを変える方法を身に付けます。人間関係がうまくいく時というのは、気が楽で無理をしていない時です。無意識に身につけている不必要に気を使い、頑張る行動パターンを客観的に見直し、変化させる力を取り戻すことは可能です。

お金にまつわる問題では、世代を越えて愛が流れているかを確かめる必要があります。

それらの無意識に身につけた行動パターン、うまくいくための見えないルールを目に見えるものにし、それを学び取り、現実の生活に活かしていくことで、お金とも、人間関係でも、程よい距離で末長く良縁を築いて行きましょう。



## コンステレーションズ・ジャパン®

2001年からファミリー・コンステレーションのワークショップ、トレーニングを提供してきたヘリンガー・インスティテュート・ジャパン®は2018年4月より名称をコンステレーションズ・ジャパン®として生まれ変わりました。

2004年：第1期トレーニングを開始。2023年4月：第16期トレーニング開講。

### 小林真美(チエトナ小林)

### コンステレーションズ・ジャパン® 主宰

ファミリー・コンステレーションを1999年より学び、2001年に創始者バート・ヘリンガーの日本最初のワークショップを東京、京都で主催。2002年に再度ヘリンガーの日本でのワークショップを主催。

以来、年間100ケース以上のコンステレーションをファシリテートしている。

豊富な経験と最新の研究を基に、独自の洞察を加え親子関係から経営上の悩みまで幅広い分野の問題に対応している。

2004年以来、トレーニング受講生は250名を超え、ファシリテーター育成とファミリー・コンステレーション普及のために毎月のように全国でトレーニングやワークショップを開催してきた。2013年に事務所を札幌に置いたまま、拠点を関東に移し、以来東京を中心にトレーニング、ワークショップを開催している。2020年にはコロナ禍による必要に迫られ、オンラインセッションで独自の方法を開発し、面談のセッションと変わらない結果を出している。

これまでにバート・ヘリンガーの著作2冊「愛の法則/OEJ Books」「ファミリー・コンステレーション/コスモス・ライブラリー」の翻訳出版、ファミリー・コンステレーションに関する自身の著作「コンステレーションが教えてくれること/コスモス・ライブラリー」を上梓。ワークショップでは個人の悩み、苦しみに対して解決の可能性を開き、本人が自分の力で解決できるよう手助けし、トレーニングでは精神的成長の機会を提供し、受講生一人ひとりが自ら歩み出すことができるように結果を出している。また、経営者向けコンサルテーション、企業研修、個人セッション、オンラインセッションで、ファミリー・コンステレーションの理論を土台にしたコーチングで成果を上げている。社会的事業としては更正保護施設で、社会復帰を目指す人たちのために個人セッションでファミリー・コンステレーションを行っている。

#### 許可事項／禁止事項

- トレーニング中の講義や説明をノートにとる他、録音するなどは、ご自身の学びのために限定して許可します。録画はお断りします。また、その録音物の販売、録音内容をホームページ、SNSなどに掲載し、出版することは許可しません。エクササイズの内容は守秘義務の対象となります。各人の個人の問題を取り扱う際のコンステレーションに関しては、録音を希望する本人がクライアントとなる人の許可を得た場合にのみ可能とします。最大限守秘義務遵守のこと。
- トレーニング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。同時にトレーニング中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トレーニングの内容（エクササイズ含む）を公表することを禁止いたします。

#### 注意事項

- 短期集中トレーニング参加後に、一時的に心身のバランスがくずれするなど不調を感じる場合があります。感情的、身体的変化を感じる可能性については、申し込みを決めたご自身の責任であることとお受け止め下さい。通常、一過性のもので、自分の変化を感じとり、観察していく過程で次第に収まっていきます。感情や体調の変化で、助言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®にご連絡ください。
- 短期集中トレーニングに参加するにあたって、皆様には以下の同意書にサインの上、コンステレーションズ・ジャパン®までご送付をお願いしています。同意書、参加費受領をもって参加受付とさせていただきます。  
ご送付いただく用紙は同意書と情報の用紙の2枚となります。
- 現在、精神科の治療を受けている方、そのための服薬をされている方、専門家による心理療法を受けている方は事前に当方にその旨お知らせください。また、担当医に短期集中トレーニング参加が可能かをご確認ください。状態によっては、ご参加をお勧めしない場合があります。

## 問題に働きかけるための情報・短期集中トレーニング

第1部「恋愛、婚活、パートナーシップ」 2023年9月1日(金)～3日(日)

第2部「お金と仕事」 2023年11月23日(木/祝)～25日(土)

名前 \_\_\_\_\_ (年齢 \_\_\_\_\_ 出身地 \_\_\_\_\_)

父親の年齢/出身地 \_\_\_\_\_ 母親の年齢/出身地 \_\_\_\_\_

1. どのような問題を抱えているか。以下のどれか一つ、一番重大な問題に丸をつけてください。以下になれば簡潔に書き出してください。

摂食障害  依存傾向(何に)  鬱傾向  子どものひきこもり  壊れた夫婦関係を修復したい  お金を得る罪悪感  
 虐待のトラウマから抜けられない  自殺願望がある  父親または母親または両親を愛せない  子どもができない  
 パートナーができない  パートナーができても続かない  悪癖から抜けられない  漠然と生きるのが辛い

問題は何か、願う解決は何かを簡潔に書いてください。

第1部参加の方はパートナーシップに関して、第2部に参加の方はお金と仕事に関して、両方に参加の方はそれぞれの課題、悩みをお書きください。

2. 現在の家族構成と、自分に何があって、それが何歳の時の出来事かをお書きください。

例: 本人、夫または妻、長男、長女、次男 / 当てはまるものがあれば○をつけてください。

大きな事故、事件に巻き込まれたことがある  夫または妻と死別  以前に結婚していたことがある  
 中絶の経験がある  自分の夫/妻との間に幼くして亡くなった子どもがいる

3. 生家/自分の生まれた家系の出来事、誰に何があって、その人が何歳の時の出来事かを簡潔にお書きください。

※ 親、兄弟、姉妹、血縁の伯父、伯母、血のつながった祖父、祖母まで、いとこは含みません。

例: ○○は、/ 当てはまるものがあれば○をつけてください。

行方不明  幼くして亡くなった  養子だった  戦争に行って帰還していない  空襲に遭っている  
 以前にも結婚していた  結婚前別に婚約者がいた  配偶者が突然亡くなった  大きな事故、事件に巻き込まれた  
 親、祖父母の誰かが若いうちに亡くなった

## 同意書

私は短期集中トレーニング第1部、第2部とも、学びの場であり、人生の問題の全てがこの場で解決しないことを理解しています。短期集中トレーニング第1部、第2部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。個人的な問題の解決を求める場合は、短期集中トレーニング第1部、第2部外のワークショップ、オンラインセッション、アフターサポートを活用します。

感情的、身体的変化を体験する可能性については受講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、短期集中トレーニング第1部、第2部（どちらか、もしくは両方に○）2023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

⑧

職業

住所 〒

電話番号 /FAX

携帯電話番号(緊急連絡用)

携帯メールアドレス

eメールアドレス

個人情報は各イベント、トレーニング等のご案内に使用するのみとし、厳正に保護し法を遵守いたします。

※イベントの案内、ニュースレターの配信をご希望の方は【<https://constellations-japan.com/newsletter>】からご登録をお願いいたします。ニュースレターは無料です。

コンステレーションズ・ジャパン®

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

〒063-0035 札幌市西区西野5条8丁目5-15-201

TEL/FAX: 011-662-9576

e-mail: info@constellations-japan.com