

# ファミリー・コンステレーション

## チェトナ 小林真美ワークショップ東京

<ファミリー・コンステレーション & ビジネス・コンステレーション>

### 日程

令和6年9月14日(土)、15日(日) 10:00~18:00

### 場所

東京都江東区 錦糸町、西大島、亀戸他からバス

※会場の詳細につきましてはお申し込み手続き完了後、個別にご案内致します。

### 参加費

ホームページからお申し込み、お支払いいただけます。

#### <一般>

働きかけあり - 2日間:39,600円(税込) / 1日のみ:27,500円(税込)

働きかけなし - 2日間:27,500円(税込) / 1日のみ:16,500円(税込)

#### <現在トレーニング受講中、過去にトレーニング受講経験ありの方>

働きかけなし : 2日間 22,000円(税込) / 1日のみ 11,000円(税込)

働きかけを受けた方の中で希望者に対し、その後のケアと助言のためのコーチングをいたします。コーチングはオンラインの30分間です。ワークショップ後に予約コードをお渡します。

### 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。

銀行振込のみ、お支払い期限は開催日の10日前までとなります。

### キャンセル

予約確定後のキャンセルにつきましては、問題への働きかけの有無に拘らず、下記手数料を申し受けます。

- 予約日の7日前まで : 参加費の15%
- 予約日の6日~2日前まで : 参加費の半額
- 前日、当日 : 参加費の全額
- 連絡なしの不参加はキャンセル料金として全額を頂戴いたします。

## ワークショップについて

ファミリー・コンステレーションでは、家族を一つの大きな生命体として捉えます。

家族の深層意識は何世代にもわたって繋がっており、その記憶も気づかれないまま共有されています。

このワークショップは、自分個人の悩みや苦しみとして一人抱え込んでいたものが、実は家族システムの中で起きた出来事が元となっており、家族全体の問題をその中の一人が背負っていたと、目に見えるようにし、感じ取ることができる様にする体験の場です。

祖父母の世代に実際にあった不測の死や、曾祖父母が体験した事件や困難、あるいは父母の悲しみ、それらのトラウマや痛み、苦悩を、現在の家族の一人が解決させ、完結させるために背負い込み、代わりに表現していると仮説を立てるところからセラピーは始まっていきます。

自分のせいだと思っていた不運や、原因不明の病は、もしかしたら本人に重要なメッセージを知らせるための信号なのかも知れません。

できる努力は全てしたのに、問題が解決しない、解決したと思ったのにまた戻ってくる、そのような人はここで全く異なる視点で、異なる角度から問題を見直すことが可能です。

誰かを助けたくて、深い愛情から無意識に、悩みや苦悩を背負い込んでいた自分の姿を、ファミリー・コンステレーションを通して発見することでしょう。

ファミリー・コンステレーションは家族、親子、恋愛、結婚での葛藤、症状が本人に伝えようとしているメッセージとは何なのか、そのことに本人が向き合い、理解するための客観的な視点をもたらす心理療法です。

ワークショップでは人間関係や仕事、所属する組織の中で繰り返される不条理などに、それまでになかった角度から光をあてます。心の奥深くに隠れた原因を探り、自分自身が解決に向けて歩み始めることができるという、自信と力を取り戻すための手助けをします。

直接、問題に働きかけない方も、代理人を体験することによって様々な気づきを得られ、その後の人生を歩んでいく力となるでしょう。

人生の大切な問題と向き合い、そこから新たな力を得たい、自分自身の中に歩み出すためのエネルギー源を見つけたいと望まれる方のためのワークショップです。

愛と献身はそのまま残り、重荷を手放すことは可能なのです。

2日間に8名の方の問題に働きかけます。

### 問題に働きかけるために

働きかけご希望の方は、家族背景、ご家族の過去に何があったか、家族の歴史に何があったかを調べておいてください。ご自身の置かれている状況について【問題に働きかけるための情報】用紙に書き入れ、申し込みと同時に当方にお送りください。

感情的なことよりも、事実として誰がいつどこで亡くなり、誰がいつどんな事件に巻き込まれたか、何があったかという情報が役立ちます。

### 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。2024年：第17期基盤のトレーニング開講。

### 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。

これまでにトレーニング受講生は300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。

バート・ヘリンガーの著作2冊の翻訳出版、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。

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、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。

### お申し込み、お問い合わせ先

コンステレーションズ・ジャパン®まで

〒063-0035 北海道札幌市西区西野5条8丁目5-15-201

TEL/FAX : 011-662-9576

Email : info@constellations-japan.com

## 問題に働きかけるための情報

東京 2024年9月14日、15日

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

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

※ 働きかけを希望しない方はこの用紙をご送付いただく必要はありません

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。

2. 現在の家族構成をお書きください。

例: 本人、夫または妻、長男、長女、次男  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

自分に何があって、それが何歳のときの出来事か を簡潔に書いてください。

3. 生家/自分の生まれた家系の出来事をお書きください。

※ 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、 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

誰に何があって、その人が何歳のときの出来事か を簡潔に書いてください。

## 注意事項

当ワークショップでの録音録画、並びにワークショップの内容の無断転載、インターネット上への掲載をお断りいたします。守秘義務遵守のこと。

ワークショップ参加後に、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。自分一人では対処しきれないと感じる場合には、当方にご連絡ください。小林がメール、メッセージ、電話等を用いて対応致します。場合によっては専門医をご紹介させていただく場合もあります。

ワークショップ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。問題への働きかけをご希望の場合、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、担当医にワークショップ参加が可能かをご確認ください。状態によっては、ワークショップへのご参加をお勧めしない場合があります。

## 同意書

### 令和6年9月14日(土)、15日(日) 東京ワークショップのために

上記内容について、私は承知した上で参加を申し込みます。また、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、助言等が必要とする場合は、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。

署名年月日 令和 年 月 日

名前 \_\_\_\_\_ (印) \_\_\_\_\_ 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 \_\_\_\_\_

※ イベントの案内、ニューズ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。ニューズレターは無料です。

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にし、厳正に保護し法を遵守いたします。