
散歩コンステレーション + オンラインセッション6ヶ月受け放題プラン

散歩コンステレーションという方法は、クライアントが普段気になりながらも後回しにしていた整理できない思いや、今さら人に聞けない日常での細々とした迷いや悩みについて、ファシリテーターが何時間もかけて、その人だけに焦点を合わせ、丁寧に聞き取りをし、ファミリー・コンステレーションの手法を用いて、新しい視点で眺めることを可能にし、問題となっている状態から解放される手助けをします。

4時間前後という長時間を一緒に過ごします。お茶を飲みながら、散歩しながら、ベンチに並んで腰掛けながら、急がずにゆったりと、ファシリテーターと共に過ごしていく中で、個人的ではない親しみが生じ、信頼関係が構築されていきます。

普段胸の内に溜め込んできたクライアントの様々な思いは、軽い雑談の中で、無理なく少しずつ表出されていき、それが長年人生で抱えてきた微妙な違和感、スッキリしない感覚、癒えていなかった痛みの原因と背景を解き明かす鍵となっていきます。

たった数時間とはいえ、そのクライアントのためだけに集中してファシリテーターはエネルギーを注ぎ続けるため、散歩コンステレーションの後、クライアントは幸せになっているだろうかとファシリテーターの側も気にかかるところです。

それで、散歩コンステレーション後に6ヶ月間オンラインセッションを受け放題にすることで、できる限りのアフターケアをしようと、このプランを考えました。

※ 心的外傷等の深刻な問題は、プライバシーが必要な為、散歩コンステレーションでは取り上げません。ワークショップ等(別途お申し込み)の閉じた空間か、オンライン・セッションで対応します。

料金: 132,000 円(税込/6ヶ月間有効)

概要

散歩コンステレーションとその実施日から6ヶ月間、オンラインセッションを30分、もしくは90分で回数無制限でご利用いただけます。

(例) 3月1日に散歩コンステレーションを実施した場合、オンラインセッション受け放題は同年9月1日までご利用いただけます。

- ❌ ただし、同時に複数の日時を予約することはできません。一つの予約が実施された後に次のご予約を承ります。
- ❑ 60分での予約枠では、次に他の予約が入っていると延長が必要な場合に対処できないため、ご提供予約枠は30分か90分の2通りです。
 - 30分コーチング: ちょっとだけ話して気持ちを整理したいという時。
 - 90分: ホワイトボードを使ってのコンステレーション、もしくは対話でのカウンセリング。カウンセリングの場合60分程度で終わることがあります。
- ❑ 万が一、小林真美(チエトナ小林)が病気や事故等でオンライン・セッションを継続できなくなった場合、受けられたセッション、カウンセリング、コーチングの時間1時間15,000円を基準として、受けられたセッション時間を算出し、差額をご返金いたします。

ご予約方法

ホームページの「散歩コンステレーション+オンラインセッション6ヶ月受け放題プラン」のお申し込みフォームより、まずはご希望の日程で散歩コンステレーションをお申し込みください。散歩コンステレーション実施後、オンラインセッション6ヶ月受け放題プランの申し込み専用クーポンコードをお渡しします。

予約変更とキャンセルポリシー

ご予約確定後のプランキャンセルにつきましては、下記のとおりキャンセル料が発生します。

- 予約日の7日前まで : キャンセル料金は発生しません。
- 予約日の6日前から3日前まで : プラン料金の25%
- 予約日の2日前から当日 : プラン料金の50%
- 連絡なしの不参加 : プラン料金の全額

散歩コンステレーションの直前の日程変更には、下記のとおり変更手数料が発生いたします。

- 予約日の7日前まで変更手数料は発生しません。
- 予約日の6日前から3日前に予約日時の変更を希望された場合は、変更手数料として30分を消化扱いとさせていただきます。

- 予約日の2日前から当日に予約日時の変更を希望された場合は、変更手数料として60分を消化扱いとさせていただきます。
- 当日、約束の時間に遅れる場合は、<info@constellations-japan.com>まで速やかにご連絡ください。連絡なく約束の時間より遅刻される場合、お待ちするのは30分です。30分経過後は連絡なしの不参加扱いとし、原則として返金はありません。
(公共交通機関に遅延、事故があった場合は事情、状況によって判断します)
- ⚠ 散歩コンステレーションはあくまでも一名を相手に行います。
当日、約束の時間、場所に第三者を連れてきた場合、その場でセッションはキャンセルとなり、プラン料金の返金はありません。

オンラインセッションの直前の日程変更には、下記のとおり変更手数料が発生いたします。

- 予約日の3日前まで：予約日時の変更は2回までは無料です。
3回目からは変更手数料としてご予約時間の50%分を消化扱いとさせていただきます。
- 予約日の2日前から前日：予約日時の変更は、1回は無料です。
2回目からは変更手数料としてご予約時間分を消化扱いとさせていただきます。
- 予約日の当日に予約日の変更を希望された場合は、変更手数料としてご予約時間分を消化扱いとさせていただきます。
- 連絡なしの不参加は、ご予約時間分を消化扱いとさせていただきます。
- ⚠ 正当な理由なき頻繁な予約日時の変更、ご連絡なしの不参加があった場合は、契約を終了させていただきます。消化された分のセッション料(1時間/15,000 円で換算)を差し引き、差額をご返金し、以後のご予約をお断りいたします。
やむを得ない事情による予約変更については、柔軟に対応します。

遅刻について

散歩コンステレーションにおいて、約束時間より30分以上遅刻される場合は、当日の日程変更扱いとなります。

散歩コンステレーション、オンラインセッションとも、遅れて開始した場合でも終了時間は変わりません。セッション時間が短くなりますのでご注意ください。

散歩コンステレーションの場所

東京都都心部、もしくは東京寄りの千葉で行います。

※ 場所の詳細は、お申込の方に直接お知らせ致します。

散歩コンステレーションメニュー

双方にとって程よい距離の場所で落ち合い、カフェ、もしくはファミレスにてお茶を飲みながら、あるいは軽食を取りながら、クライアントの気がかりなこと、迷っていること、悩み事について聞き取りを開始します。

ある程度、その場所でできる範囲内で会話を重ね、その後散歩しながら対話していきます。

自分はこうだと頭で決めつけていた悩みではなく、現実根差した、今、本当に困っている事が何か明確になり、その解決法が見えてきます。

- ▶ 庭園を散歩したり、買い物に同行したり、クライアントが縁を感じる神社に参拝する、ご祈禱を神社で一緒に受ける、コンステレーションの場で現れた魂の供養のためにお寺での法要を住職に依頼し、そこに同席する、など、散歩に限らず、神社参拝や、供養のための手続きのお手伝いをすることがあります。
- ▶ あるいは、ショッピングにお供し、似合う服の色形を瞬時に見分け、カラーコーディネートのお手伝いをすることもできます。
- ▶ また、散歩コンステレーションの後で、部屋の片付けに着手する気持ちになった人には、片付けのオンラインサポートをすることも可能です。
- ▶ クライアントの必要とする様々な課題に対応します。
歩くという行動を共にすることで、くつろいだ状態で、普段気になりながらも、どうしていか分からなかったこと、モヤモヤしていること、自分で判断できなかったことについて、ファミリー・コンステレーションの方法をベースに対話していきます。

散歩コンステレーションの過程で

- 必要に応じて、悩みに関して図形を用いて配置を読み解く場合があります。
- 買い物同行では、自分で何をどう選んでいいかわからない人のために、コンステレーションの手法を使って本人の深層心理が欲するものを選ぶ練習をします。
- 欲しいものと必要なものの区別の仕方、何を手放し、何を諦め、何を手に入れると魂が喜ぶかを実験し、選択の方法を練習します。
- 気温の高い季節、寒い季節や、悪天候の時は資料館、博物館等の施設内で行います。

記録

会話内容を記録するために録音器具を使用しますが、その記録を第三者に公開することはありません。

- クライアントはご自身で記録をとってください。散歩コンステレーションの内容を録音する場合は、あくまでも本人の記録のためとし、インターネット上には決して公開なさないでください。SNS等での拡散を禁止します。
- ⊘ 記録された内容は第三者に決して公開することのないように厳重にお取り扱いください。

コンステレーションズ・ジャパン®
<https://constellations-japan.com/>
小林 真美(チエトナ小林)

散歩コンステレーションのための事前情報

《実施予定日： 年 月 日 時 分》

名前 _____ 年齢 _____

父親の年齢 _____ 父親の出身地 _____

母親の年齢 _____ 母親の出身地 _____

現在の身体的、精神的な状態についてお答えください。詳細は当日伺います。

- これまでに精神科の治療を受けたことがある、もしくは現在受けている。または臨床心理士、心理カウンセラーにかかったことがある。もしくは現在かかっている。 はい いいえ
- 「はい」に丸をつけた方はいつ、どのような症状によってかをお書きください。

- 抗うつ薬、睡眠導入剤などの服薬はしていますか？ はい いいえ

1. 場所についてのご希望はありますか？ ご自身の居住圏から少し離れた場所の方が新鮮な意識で臨めると考えます。他に特に行きたい場所があればお書きください。

2. 散歩コンステレーションに何を求めますか？ 神社参拝をしたいとか、お祓いを受けたいとか、買い物に付き合っ欲しい等、行きたい施設などがありましたらお書きください。

3. ご一緒する時間の中で、簡単に図形を用いて軽めのセッションを行う可能性があると思います。現家族の、または自分の歴史の中で大きな出来事がありましたか？
例) 自分が○歳の時に両親に○○があった、自分が○才の時に交通事故の加害者／被害者になった等誰に何があって、誰が何歳のときかを簡単にメモ程度ご記入ください。詳細は当日伺います。

4. 自分の生家、父方家系、母方家系、祖父母の代まで(いとこは含みません)に、大きな出来事に遭った人はいますか？
例) 自分が○歳の時に両親が離婚している、戦争で亡くなった人がいる、帰還しなかった人がいる等自分、あるいは父が、母が何歳のときに誰に何があったかを簡単にメモ程度ご記入ください。詳細は当日伺います。