コンステレーションズ・ジャパン®主催

ファミリー・コンステレーションの手法を通して隠された命の法則を学ぶ

短期集中トレーニング 2027

「苦しさはそもそも他の誰かのものだった」

- 世代を超えた過去のトラウマが今の自分に及ぼす影響 -

このトレーニングは、2027年度に開催される短期集中トレーニングのシリーズ第1回です。
※短期集中トレーニングは、日本人限定での開催となります。
（ただし、現トレーニング受講生、修了生は参加可能）

日程

2027 年 1 月 29 日(金)～31 日(日) 10 時～18 時（開場 9:30）

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

11 万円(税込)

早割①：10月26日(月)までにお申し込み、お支払いの場合 ➡ 88,000 円(税込)
早割②：11月23日(月)までにお申し込み、お支払いの場合 ➡ 93,500 円(税込)
早割③：12月21日(月)までにお申し込み、お支払いの場合 ➡ 99,000 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、口座振替）、Stripe（クレジットカード）、銀行振込からご選択いただけます。
https://constellations-japan.com/tokushoho

お申し込み受付期限

下記日程でホームページの申込フォームを閉じ、受付を締め切ります。
・銀行振込をご選択の場合 ： 2027 年 1 月 18 日
・Stripe、PayPal をご選択の場合 ： 2027 年 1 月 21 日

トレーニング概要：「苦しさはそもそも他の誰かのものだった」

- 世代を超えた過去のトラウマが今の自分に及ぼす影響 -

ファミリー・コンステレーションの原点、基盤となるトレーニングです

- 生きるためには、私たちの命が従おうとする目に見えないルールがあります。
- 家系内のトラウマの為に、生命の法則に従えなくなった時に、私たちは流れに逆らって泳ぐような苦しさを覚えます。
- ただ普通に生きることが何故にこんなに大変だと感じてしまうのか。
- その根本的な原因を、客観的な視点で解明して、自然の流れに沿って生きるとはどういう状態なのかを体感し、訓練していくための三日間です。

この様な状態から自分を解放するためにできることがあります

「ずっと抱えてきた悩みや、生き辛さの原因が自分の中にある筈だと探し続けてきた。」

「自分を癒すために様々なセラピーを試してきたけれど、核心に触れた実感がない。」

「苦しむことに慣れてしまったけど、それが本来の自分だと思えずもどかしい。」

「生きている実感が欲しい。」

「何の為に生きているのかが分からない。」

○ 家族がいつどこに住んでいたか、どの様な出来事が家族の歴史の中にあったか、日本の社会が体験してきた歴史上の出来事が、どれほど今の自分に影響を与えているかを知ることで、自分の生きる力を取り戻して行きます。

○ ファミリー・コンステレーションの基本的な理論の中にある、「与え-受け取る」均衡の法則、自分の中の「子どもの盲目の愛」が苦しみを維持しようとする、自己犠牲という甘美な罠について学び、手放し、自分の人生を取り戻して行きます。

○ 自分が楽になり、解放されることによって、余剰エネルギーが生まれます。今まで苦しむことに使われていたエネルギーは、苦しむ必要がなくなった時に、他者を手助けする力を生み出します。

キャンセルについて

参加者の事情によるご入金後のキャンセルにつきましては、下記の要領で手数料等がかかります。 ※ 詳細はホームページ(https://constellations-japan.com/cancelpolicy)をご覧ください。

キャンセル料

☆ トレーニング開始日の31日前まで　　ご入金額の　3 %
☆ トレーニング開始日の30日前~10日前まで　　ご入金額の 15 %
☆ トレーニング開始日の9日前~2日前まで　　ご入金額の 50 %
☆ トレーニング開始日の前日、当日　　ご入金額の100 %

● 連絡なしの欠席、不参加はキャンセル料金として全額頂戴します。

払い戻し時の手数料等

- 銀行振込 – 返金時の振込手数料
- PayPal – お支払い金額× 3.6 % +40 円
- クレジットカード – お支払い金額× 3.6 %

遅刻について

開始時刻に入口を施錠します。開始時刻に遅れる場合、必ずご連絡ください。
スタッフが到着時に合わせてお待ちし、開錠いたします。

短期集中トレーニングの中で問題に働きかけるために

別紙に自分の現在抱えている問題、悩み、課題、どのような生き辛さを抱えているかを明記してください。 家族背景、家族の過去、歴史に何があったかを調べておいてください。

○ トレーニングのテーマに関連した問題を優先的に取り上げていきます。
○ 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、誰がどのような病気になり、障害を持っていたか等、具体的な情報が役立ちます。

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®までスキャン画像をメールに添付して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。
  情報の用紙は、写真の添付では読み取ることが困難なため、スキャンできない場合はメール本文に直接必要事項を書き込んでご送付ください。
  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。

※　※　※　※　※

- 会場は公共施設を使用します。畳の部屋での開催となるため、裸足での参加はご遠慮ください。 靴下の着用をお願いいたします。
- 参加者の全員がコンステレーションの場では代理人として立つ可能性があります。女性に男性の役をお願いすることが多々あるため、参加者はスカートではなく、ズボン、パンツ姿でお越しください。

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。
2025年5月：トレーニング第16期ファシリテーター養成コース開講。
短期集中トレーニング・シリーズ2026継続中。

小林真美（チェトナ小林）　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年以降、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。新著執筆中。

短期集中トレーニング 2027

「苦しさはそもそも他の誰かのものだった」

- 世代を超えた過去のトラウマが今の自分に及ぼす影響 -

問題に働きかけるための情報　　開催日：2027年1月29日(金) ～ 31日(日)

名前　　（年齢　　出身地　　）

父親の年齢/出身地　　母親の年齢/出身地

1. 自分の抱えている問題、課題、生きづらさについて、願う解決は何かを簡潔にお書きください。

2. 現在の家族構成をお書きください。その中で起きた気になる出来事があればお書きください。
   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〇をつけてください。
   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　離婚経験あり　中絶の経験がある
   死産、流産、事故で子どもを失った　重病を患ったことがある　その他：具体例を記入
   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。
   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。
   ※ 親、きょうだい、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：〇〇は、 当てはまるものがあれば〇をつけてください。
   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　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　重病だった、他

※ コンステレーションズ・ジャパン®は、お預かりする一切の個人情報をコンステレーションズ・ジャパン®と、そこに関連する個人セッション、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。

同意書

私は **短期集中トレーニング2027【「苦しさはそもそも他の誰かのものだった」**-世代を超えた過去のトラウマが今の自分に及ぼす影響-／（2027年1月29日～31日）】が学びの場であり、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。 このトレーニング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さらに求める場合は、短期集中トレーニング外のワークショップ、オンラインセッションを活用します。

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2027「苦しさはそもそも他の誰かのものだった」** 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　　㊞　　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

※ この用紙のコピーを保存くださるようお願い致します。

※ コンステレーションズ・ジャパン®は、お預かりする一切の個人情報を当社に関連する個人セッション、トレーニング、ワークショップに関する用件のみ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

コンステレーションズ・ジャパン®
https://constellations-japan.com/
e-mail：info@constellations-japan.com