

フォーカシング・ワークショップ

2025

私を大切にする2日間

「なんとなくモヤモヤする」「なんだかしっくりこないな」

「この作品、感動した！なんか、『感動』って言葉じゃ足りない感じ…」

辛いことも、楽しいことも、私たちの体験は、きっちりと言葉に当てはまるわけではありません。

その言葉には尽くせない“感じ”に関心を向け、表現しようとすることで、

新たな意味とともに、自分にとって大切なものに気づくことがあります。

— それが フォーカシング です。

日常はいつも同じようしていて、一瞬たりとも同じ瞬間はありません。

フォーカシングは特別なものではなく、

日々の営みの中で自然に生じる変化や気づきのプロセスです。

私たちはそれを意識的に行うことで、新たな気づきに会えることがあります。

このワークショップでは、多数の講師が参加しており、

参加者は多彩なフォーカシングの中から

自分に合ったセッションを自由に選ぶことができます。

私たちはみなさんとともに豊かな時間を過ごせることを楽しみにしています。

初心者の方も、どうぞお気軽にご参加ください。

日 程：2025年8月2日・3日

※宿泊型ではありません

場 所：近畿大学東大阪キャンパス

(大阪府東大阪市小若江3-4-1)

参加費：30,000円

※日本フォーカシング協会メンバーは2,000円引

スケジュール予定

*今年も対面方式のみで開催します！

当会はこれまで、宿泊型やオンライン、ハイブリッド形式など、状況に応じた開催方法を模索してきましたが、今年は昨年に続き、対面のみで開催いたします。本ワークショップでは、自分自身でフォーカシングを行うほか、他の人のフォーカシングを観察したり、体験について語り合ったりと、さまざまな角度からフォーカシングを体験し、学ぶことができます。日常を離れ、ゆっくりとした時間の中で、ご自分らしい豊かな体験をお楽しみください。

*出店方式

各セッションでは約10名のスタッフが、それぞれ个性的でバラエティー豊かなフォーカシングワークを紹介します。参加者のみなさんは、まるでお祭りの中の好きな「出店」を見つけるように、その時の気持ちに合ったワークを自由に選び、体験することができます。

*申込方法

・専用サイトより受付（先着順）受付期間 2025年6月30日まで（定員に達し次第終了）

専用サイトURL: <http://>→未開設

・参加費: 30,000円（日本フォーカシング協会メンバーは2,000円割引となります）

・懇親会費: 6,000円（前日以降のキャンセルには、100%のキャンセル料が発生します）

・問い合わせ: メールのみ（forcusingws@gmail.com）件名は「FWS問合せ」でお願いします。

※当会からのメールが迷惑メールとして認識される場合がありますので、ご注意ください。

過去に実施したワーク

- ・青空フォーカシング
- ・セラピストフォーカシング
- ・魚になるフォーカシング
- ・痛みとフォーカシング
- ・クリアリング・ア・スペース など…



参加スタッフ



池見 陽
関西大学名誉教授



内田 利広
龍谷大学



加藤 敬介
堀クリニック



河崎 俊博
大阪大谷大学



木村 正志
一樹福祉会



小泉 隆平
近畿大学



佐藤 浩
イノベーション・オブ・ライフ



銅直 優子
流通科学大学



永野 浩三
追手門学院大学



平野 智子
関西医科大学



星加 博之
武庫川女子大学



松本 剛
神戸親和大学



三木 健郎
片上認定こども園



中西 一恵
ハートフルコミュニケーション寸松庵



長瀬 真由美
りばていOne

1日目：8月2日（土）

9:15	受付
9:30	オリエンテーション（自己紹介） ホームグループ
10:10	休憩
10:20	セッション1
12:20	昼食
13:20	セッション2
15:20	休憩
15:40	セッション3
17:30	全体会
17:45	
19:00	19:00～ 懇親会（希望者のみ）

2日目：8月3日（日）

9:15	受付
9:30	ホームグループ
9:50	休憩
10:00	セッション4
12:00	昼食
13:00	セッション5
15:00	休憩
15:15	セッション6 （振り返りセッション）
16:45	全体会
17:00	

※各セッションは、

複数の出店ワークショップの中から

ご自由に選んでいただくことができます。