～ 感情の癒し　過去に取り残された感情の解放＆大いなる視点　など ～

NPO 認定　心理セラピスト養成講座　＋メンタルコーチング

基礎講座（循環のコミュニケーション講座）にて傾聴カウンセリングのベースを身につけた上に、当養成講座では一対一の師資相承にて、さらに実践的な傾聴カウンセリングを深めると共に、**”ココロ”の深いところへのアプローチのありかた（心理セラピー）**を身につけていきます。

当講座では、**まず、”より深いところで自分自身と向き合っていく”ことが求められます。**自分にとっての**‘無理のないペース”**や**‘安心できる範囲”を**自分自身に問いかけながら、講座のペースが決まっていきます。

実際には**‘心理セラピー”に関するエッセンスを講義形式で学んでいく（中級講座）**と共に、**段階的に相手とのコミュニケーションを深めていくための各種アプローチ方法を実習の中で身につけていきます。**（実習の相手は受講生、または当方にて準備していきます。）

卒業までに、**自分自身の心理セラピーのオリジナルスタイルの構築**、とともに **そのときの相談者の状況に応じた臨機応変な対応のありかた**を身につけていきます。
（共に学びながら創り上げていく流れです）

日常での過ごし方を含め、さらに自分自身に”正直”であることが学びを効率的に深めていくことを支えてくれます。（”自分自身”に深くつながればつながるほど、”相手”とのつながりがより深くなっていきます。）

【メンタルコーチングについて】

実際の相談の場で**相談者との間のラポール（信頼関係）**を深めていく中で、必要なタイミングでそのときのご本人には **"まだ意識が向いていない『新しい選択肢（こういうやりかたがあるかもという提案）』**について、**主に実習の中で、”いま、こんな風にコーチ（新しい選択肢の提示）ができると思うけどどう？” みたいな　投げかけを都度させて頂きます。**

深いトラウマや愛着　etc.を扱う　当心理セラピスト養成講座　では、**’本人の今までの価値観が切り替わった瞬間’ や ’書き換え＆統合がなされた瞬間’ に　うまく声掛け(勇気づけのコーチング)**をすることができると、セッション後の日常生活において、**過去(のしがらみ)から解放された『新しいライフスタイル』としての一歩**をよりスムーズに踏み出すことができます。

日時： 基礎講座（循環のコミュニケーション講座）受講後、随時開講
頻度（推奨）： ２時間/回（３週間毎）　受講料： ￥20,000/回 （認定日２回は￥23,000）
総受講時間： 基礎講座： 18 時間 ＋ 個別講座（中級講座＆実習など）：60 時間程度

講座の軸： 傾聴カウンセリング実習～中級講座＆心理セラピー実習を中心とした師資相承、
オリジナルスタイルの構築 など
＊基礎講座で学んだエッセンスを復習しながら、まずは傾聴カウンセリングの実習から始めていきます。

深い感情の癒しをサポートするには、まず **“なりたいセラピスト像”（相談者に対してどのようなサポートができるセラピストになりたいか？）** についてしっかりと自覚しておく必要があります。
傾聴カウンセリングの実習と中級講座を進めていく中で、**特に自分が「これ！」と感じるポイント**を押さえながら、少しずつ自分自身の心理セラピーの **オリジナルアプローチ** のイメージを深めていきます。
実習のお相手は、**最初はみなさんが知っている方** から、**後半ははじめてお会いする方** をこちらでご用意させて頂きます。（原則）

【カリキュラム概要（標準例）】

1．初回オリエンテーション： 循コミュふりかえり＆ 心理セラピーメインエッセンス と 実際のアプローチについて
2．中級講座１（p.7,p.9～14）＆ **なりたいセラピスト像 と 養成講座内容のマッチング調整**

3． 傾聴カウンセリング実習準備（NPO 認定 傾聴カウンセラー養成講座 ～実習の流れ～＆p.27～28）
4．実習１（知人：傾聴ベース）60 分程度
5．実習２（知人：傾聴ベース）60 分程度
6．**実習まとめ**

7．中級講座２（**心理セラピーの基本** p.8 ＆ 呼吸を使った**段階的リラクゼーション** p15）
講師から体感 ⇒ 実際にリードしてみる：録音＆言い回しメモ
8．中級講座３（**マインドリポート ①インナーヴォイス 心の声を聴く** p16）
講師から体感 ⇒ 実際にリードしてみる：録音＆言い回しメモ
9．中級講座４（**マインドリポート ②インナーヴォイス：さまざまな個性の統合** p17）
１０．中級講座５（③インナーチャイルド：取り残された感情たち p18）

１１．実習３（知人：呼吸を使った段階的リラクゼーション ～ ①インナーヴォイス）60 分程度
１２．実習４（知人：呼吸を使った段階的リラクゼーション ～ ②インナーヴォイス）60 分程度
１３．実習まとめ ＆中級講座６（傾聴～ペーシング～間～書き換え～統合・定着の流れについて p23)

１４．オリジナルスタイルの構築イメージ１ ＆ プロフェッショナル実習準備

１５．実習５（はじめての人：テーマ有）60 分程度
１６．実習ふりかえり
１７．実習６（はじめての人：テーマ有）60 分程度
１８．実習ふりかえり

１９．傾聴カウンセラー　認定チュートリアル（NPO 認定傾聴カウンセラーとして活動できます）

２０．中級講座７（**④感情解放、⑤最新バージョンの自分＆⑥ハイヤーセルフ** p19）
講師から体感 ⇒ 実際にリードしてみる：録音＆言い回しメモ
２１．実習７（知人：④感情解放）60 分程度
２２．実習８（知人：⑤最新バージョンの自分＆⑥ハイヤーセルフ）60 分程度
２３．実習ふりかえり、中級講座８（解決の糸口 p20）　＆ オリジナルスタイルの構築イメージ２
２４．中級講座９（⑦退行 p21~22）　＊希望者のみ

２５．最終実習準備（＝**実際のセッションの場づくり**）＆実際の心理セラピーでのポイント（p24）
（**問い合わせ～当日の場づくり　＆　事例別の対応・臨機応変の対応について**）

２６．実習９（はじめての人：テーマ当日）90 分程度
２７．実習１０（はじめての人：テーマ当日）90 分程度
２８．最終実習ふりかえり　＆　オリジナルスタイルの構築イメージ３

２９．心理セラピスト　認定チュートリアル　＆　更新制度登録
３０．今後プロとして活動していく上で確認しておきたいこと（養成講座内で復習しておきたいこと など）

＊受講生の状況により、当養成講座開始前、あるいは講座中に個人セッションを数回受けて頂くことがあります。
（ギフトエコノミー制 or 10%割引価格）
まず自分自身の内側を整理＆癒すことにより、養成講座の学びが加速します。

＊受講期間中に 15 回以上の練習セッション（無料）が必要です。（うち実習を１０回以上）
＊修了認定のための卒業チュートリアル（個人指導）を２回受けて頂きます。（￥13,000/回）

＊更新登録
修了認定証発行料として￥5,000、更新制度登録手数料として 5,000 円（2 年毎）が必要です。
（更新制度登録者には写真付きの”登録カード”を発行しています。）
2 年毎に規定の単位数取得（6 単位）と 15 回以上のフィールドワーク（有料 or 無料）が終了していることを確認の上、更新認定のためのチュートリアル（個人指導）（￥13,000）を受けて頂きます。