

これまでのコーチングのスタイルに
ゲシュタルトセラピーのエッセンスを加えてみませんか？

“変化は、自分ではない何者かになろうとする時ではなく、
あなたがあなた自身である時に自然に起こる”
—アーノルド・バイサー

10月4日(金) 19:00 – 20:00 ミニワークショップ (オンライン/参加無料)

11月8日(金)～10日(日) @東京・代々木

ゲシュタルトコーチング

自然な変容を促す対話のトレーニング



ゲシュタルトアプローチの理論と実践に加えて、
リーダーシップや身体を使う対話技法（ソマティックレゾナンス）を
コーチングに活かすトレーニング！

クライアントや部下の方々に
真の変化を促したい、と悩む方々へ...

日時：2024年11月8日（金）～10日（日）9:00 - 17:00（最終日は9:00 - 13:00）

場所：国立オリンピック記念青少年総合センター（東京・代々木）

受講料金：143,000円（ゲシュタルト療法学会会員は132,000円）

内容レベル：ICF ACC 以上保有またはプロコーチとして実践している方、ゲシュタルト療法のアプローチを実践している方、または何らかのコミュニケーション技法の実践をされている方、を想定した内容となっています

※最終日の14:00 - 16:30に、ふり返りとトライアド形式での練習会を開催します（任意参加）

※すべてのパートで通訳がつきます。なお、当プログラムは国際コーチング連盟(ICF)より13単位のCCE (Core Competencies: 3.5、Resource Development: 9.5) として認定されています。希望者にはAcademy of Executive Coachingより出席証明書を発行します

講師：ジョン・リアリー=ジョイス

アカデミー・オブ・エグゼクティブ・コーチング(AoEC) CEO

ICF PCC認定コーチ、認定スーパーバイザー、ゲシュタルトコーチング開発の第一人者

詳しくはこちら www.gestaltcoaching.jp/ws



主催：株式会社サティワークス
共催：一般社団法人日本ゲシュタルト療法学会 /
Academy of Executive Coaching Ltd (英国)



Satiworks



一般社団法人
日本ゲシュタルト療法学会
Japan Association of Gestalt Therapy

ゲシュタルトアプローチとは？

ゲシュタルトアプローチとは、ゲシュタルト心理学、現象学、実存主義、
禅などを統合した、ゲシュタルト療法の基礎となった考え方です

- このアプローチは、フリッツ・パールズらによってゲシュタルト療法として発展し、現代の様々な心理療法や自己啓発にも影響を与えています
 - 自分自身についての理解を深め、成長させ、創造性を高める
 - コーチングの実践に新たな深みを加え、より効果的なリーダーシップを発揮する
 - 自己の意識を高め、部下や同僚とのコミュニケーションを豊かにする
- ゲシュタルト療法から生まれたゲシュタルトアプローチを、コーチングやリーダーシップに応用する「ゲシュタルトコーチング」は、自分と他者の可能性を最大限に引き出すためのものです。あなたのコーチングの旅を豊かに深めていくことでしょう

ゲシュタルトアプローチの主な理論と技法

全体性	個人/グループ/チームの中の個別ではなく、全体の中の個を重視する
図と地	意識に上がってきた対象（図）と背景（地）の関係性に注目する
今、ここでの体験	過去や未来ではなく現在、この場における体験に焦点を当てる
気づきの促進	自己の感覚・感情・思考、環境（他者）との境界への気づきに着目する
変容のパラドックス	変容は、自分自身を「あるがまま」に受け入れた時に起こる
体験の強調	理論的な分析よりも、体験や実験を通じた身体的な学びを重視する
応答する力、選択する力	環境の変化に応答していく力、自ら選択をしていく力を養う

ワークショップの流れ

1. グループの心理的安全性



豊かな実践の学びの場では、のびのびと自己を開示できることや間違いを恐れずに意欲的に参加できることが大切です。境界設定やサポートについてグラドルールを設定し、リスクがありながらも安全な実験ができるような場を作ります

2. 理論学習



気づき、変容のパラドックス、対話などをはじめ、ゲシュタルトアプローチの理論に実例を盛り込んだ実践的な解説をしていきます。講師や参加者とのディスカッションによって理解が深めます

3. 体験演習



学んだ理論や技法を、実際に体験できる演習の時間をたっぷりと設けています。十分な時間をかけて練習し、知識を身体に落とし込んでいきます

4. デモンストレーション



理論や実践の説明し、体験演習と並行して、講師によるゲシュタルトアプローチの様々な技法のデモンストレーションを行います。また、デモをふり返し、理論と実践を紐づけて解説し、参加者全員で話し合う時間も設けています

5. 実践とスーパービジョン



理論と技法が理解した後、3-4人一組になりロールプレイまたは一通りのセッションを安全な環境、場で実践します。講師のスーパービジョンによってゲシュタルト・アプローチを体得していきます

6. ふり返し



学んだ全体を通してふり返し、講師や参加者と議論を重ねることで、個人や他者の体験をすり合わせ、疑問を解消し洞察を深めていきます