

生活におけるお互いのケアと、セルフケアを学ぶための講座

# タッピングタッチ 基礎講座 B

## @三重

### タッピングタッチとは？

- シンプルで安全、誰にでも簡単に身に付けられるメソッドです。
- 様々な職場や専門でも活用できる、ホリスティック(統合的)ケアの手法です。
- 不安・緊張・ストレス症状などを和らげ、安心感や信頼感を高めます。
- 言葉に頼らないコミュニケーションと心のケアのメソッドです。
- 心理、教育、看護・介護・子育て・被災者ケアなど、幅広い現場で効果が実証されています。
- 職場のストレスケアやコミュニケーションの改善にも効果的

### この講座で学ぶこと

- 基本型の実習
- ディスカッション
- 日常におけるケア
- セルフケアについて
- セルフタッピング実習、他



この講座は、「基礎講座A」で学んだことを、より良く活用したり、日常生活にとり入れたりすることをサポートします。お互いのケアに加えて、セルフケアについて学びを深めます。



自分でできる深い癒しの体験CDを聞きながら...

### 講師／中川 一郎

#### 臨床心理学博士・タッピングタッチ協会 代表

大阪経済大学・人間科学部(教授)、タッピングタッチ協会(代表)、ホリスティック心理教育研究(所長)。タッピングタッチの開発者として、国内外において、心理、医療、看護、福祉、教育、被災者ケアなど、多岐にわたる場でホリスティック(統合的)ケアのアプローチに関する実践・研究・教育をおこなう。

著書:『心と体の疲れをとるタッピングタッチ』(青春出版2012)、『セロトニン脳健康法-呼吸、日光、タッピングタッチの驚くべき効果』(共著:有田&中川(講談社 2009)他。

2020

1/11 SAT

時間:9:30~12:00

場所:四日市市市民交流会館 第二会議室

住所:四日市市本町9-8

受講費:3000円(会員2700円)

定員:30名(先着順です。お早めにお申し込みください)

受講資格:タッピングタッチ基礎講座Aを終了していること

(基礎講座Aの開催情報は、Webサイトをご覧ください。)



お申し込みはメール、FAX またはお電話にて以下の情報をお知らせ下さい

- ①名前(ふりがな) ②郵便番号 ③住所 ④電話番号 ⑤メールアドレス ⑥ご希望の講座名
- ⑦受講した基礎講座 A の日付と講師名。 後日事務局より、受講料振込み先をお知らせします(担当:林)

お申し込み  
お問合せは▶▶▶

The Association of Tapping Touch

【主催】一般社団法人 **タッピングタッチ協会**

〒510-0031 三重県四日市市浜一色町 14-16 ☎059-328-5350 Fax.059-328-5351  
info@tappingtouch.org www.tappingtouch.org 協会事務所:火・木 9時~17時