

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着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（統合的な）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

2018年 受講者の感想

タッピングタッチについて、何も知識のない状態で参加させてもらいました。1日参加させてもらう中でとても発展性があり自由度が高く、でも実は臨床心理的には底の見えないとても興味深いものだと感じました。これから仕事を続ける中でとてもとても刺激と栄養をいただきました。ありがとうございました。（臨床心理士）

今、最も飢えていた要素がぎっしり詰まっていました。人間にとて大事なものを忘れている日常に思いました。

心理職として丁寧に聞わりたいという思いは日々あるものの出来ておらず、自分自身の不全感のようなものが大きかったのですが、今回参加させていただき改めて自分が大切にしているものを再確認できました。（臨床心理士）

カウンセリング場面でどうしても言葉に頼りがちで最近その言葉で伝える事の難しさを痛感することが続き、壁にぶち当たったような気持ちになっていたので少し光が見えた気がしました。（臨床心理士・スクールカウンセラー）

普段ケアをすることはあれど、“ケアをされる”という感覚はなかなか感じる事がありません。今日は久しぶりに“大事にされている”という感じを感じることができてとても心地いい時間を過ごすことができました。ありがとうございました。（養護教諭）

日常メンタルヘルス教育を実施することが多く、参考になれば位の気楽な気持ちで参加させていただきましたが、終わってみれば自分がとてもケアされました。単なる技法としてとらえるのではなく、実施する際は、相手を全体的に捉える力も視点も伴っていないと、実施できないなとも思いました。ありがとうございました。（看護学校教員）

セルフケア、職場でのメンタルヘルス維持向上、子育て支援、親子再統合支援（虐待・非行ケースなど）など色々なところで使えそうでこれからが楽しみになりました。せっかくなので事前事後のリサーチをしてみたいなと思いました。ありがとうございました。（産業カウンセラー）

あたたかさ、心地良さ、幸せ、満たされる感覚でいっぱいでした。日常生活の中で今回体験させていただいたような時間もっと増やしていきたいし広めていきたいと思いました。不意に流れる涙に全てが詰まっているような思いました。（養護教諭）

これまで受けた研修の中で最高のものでした。いい意味で研修らしくなく、疲れるどころか疲れが取れました。会場参加者が不思議な一体感や満足感に満たされていたような印象でした。（臨床心理士）