

『タッピングタッチ 基礎講座』のご案内



「タッピングタッチ」とは、指先の腹のところを使って、軽く弾ませるように左右交互に優しくたたくことを基本とした、シンプルでホリスティック(統合的)ケアの技法です。簡単な技法でありながら、「不安や緊張が軽減する」、「肯定的感情が高まる」、「信頼やスキンシップが深まる」などの効果があり、ストレスの多い日々の生活や家族などにおいてとても役立ちます。

簡単なので、子どもや障害のある人でもできるうえ、専門的な利用が可能のため、看護、介護、教育、心理、などで心のケアと症状緩和の手法としても利用が広がっています。最近では、これまでの災害支援の経験をいかして、東日本大地震による被災者への支援活動にも活用されています。(NHKの「ためしてガッテン」や「あさイチ」などでも紹介されました)

今回は、開発者の中川一郎氏を向かえて、タッピングタッチの基本を学ぶ機会を設けることになりましたので、ぜひご参加ください。ストレスを経験するセルフケアの方法として、家族のコミュニケーションや関係の改善に、そして災害時のお互いのケアの方法として、タッピングタッチを体験してください。東日本での災害支援の様子などうかがう予定です。

日時:2011年 6月18日(土) 午後7時から9時

場所:アドベンチストメディカルセンター

住所:〒903-0201 沖縄県中頭郡西原町字幸地 868 番地

講師: 中川 一郎

参加費:2000円 (収益は、東日本での災害支援活動に使われます)

対象:誰でも受講できます

お問い合わせ・申込先:(できるだけ事前の申し込みをお願いします)

ホリスティック心理教育研究所 TEL/FAX 059-328-5350 E-mail: info@tappingtouch.org
沖縄県立看護大学 神里みどり TEL/FAX 098-833-8881 E-mail: kamizato@okinawa-nurs.ac.jp

《講師プロフィール》

中川一郎 ホリスティック心理教育研究所 所長 / 臨床心理学博士

長年アメリカに住み、カリフォルニア大学バークレイ校を卒業した後、ニューヨークのローチェスター大学で臨床心理学博士号を取得。1999年に帰国。ホリスティック(全体性)心理学の研究と実践にたずさわリ、誰でもができる「タッピングタッチ」を開発。現在、三重大学 国際交流センター 客員教授、医学部/人文学部 非常勤講師、近畿大学工業高等専門学校 客員教授、ホリスティック心理教育研究所 所長。スクールカウンセラー歴、約10年。著書:『タッピングタッチーこころ・体・地球のためのホリスティックケア』(朱鷺書房 2004)、『セロトニン脳健康法一呼吸、日光、タッピングタッチの驚くべき効果』(講談社 2009) 他。

<タッピングタッチ・ホームページ www.tappingtouch.org >



FAX:098-833-5133 か 833-8881

[illegible]