

# HSP の方のワークショップ(全 5 回)



Being sensitive is a gift

Know yourself, let your life flow

## 敏感なわたしが わたしらしく生きるために

とても敏感なHSPの方が、楽に、自然に、望む人生を歩んでいくための心理ワークショップです。

【導入編】「HSPを知っていますか」

【本編】

第1回「敏感なわたしを知る」

誤解や偏見を拭い、健全に自己認識する回

第2回「敏感なわたしを振り返る」

敏感さをキーワードに過去を見直し、捉え直す回

第3回「敏感なわたしを育て直す」

敏感さゆえに受けた心の傷に向き合い、癒す回

第4回「わたしらしい明日をつくる」

あなたらしい生き方を探し、実現する回

※導入編はHSP初心者対象です。関連書籍を読んだことがある方は本編からご参加ください。

お申し込み・お問い合わせ

メール [mail@flowjp.com](mailto:mail@flowjp.com)

お問い合わせフォーム URL <http://flowjp.com>

題名  
「HSPワークショップ」  
でご連絡ください

【初回日程】

導入編: 2月28日(木)、13:30~16:30

本編第1回: 3月17日(日)

本編第2回: 3月21日(木「春分の日」)

本編第3回: 3月24日(日)

本編第4回: 3月31日(日)

各 13:00~17:00

【場所】 東京都港区南青山 2-2-15

【定員】 6名

【参加費】(初回記念特別価格)

導入編: 3,000円(通常 5,000円)

本編: 1回 12,000円(通常 15,000円)

※上記特別価格は、左記メールまたはフォームよりお申し込みの方限定の特典です。

主催 心理カウンセリング FLOW

東京都港区南青山 2-2-15 ウィン青山