

人文書および自己啓発書ご担当者様

サンガ新社 Samgha+
サンガジャパンプラス JAPAN

新刊の
お知らせ

5月新刊

〒980-0012 宮城県仙台市青葉区錦町2丁目4番16号8階
TEL: 050-3717-1523



ISBN978-4-910770-58-1 C0037
定価 [本体2,400円+税]
四六判変形並製 / 204頁 / 本文2色

【著者プロフィール】

エリーン・スネル Eline Snel

1954年、オランダ生まれ。1980年、セラピストとして独立。20年以上にわたり、メディテーションとマインドフルネスのトレーニング・プログラムを開発。2004年、教育関係者や医療従事者、親、大人、子どものために、8週間のマインドフルネス・コースを教え始める。オランダ、ルースデンのマインドフル・ティーチング・アカデミー (Academy for Mindful Teaching - AMT) の創設者であり経営者。同僚とともに、子どもトレーナー養成コースで専門家のために「子どもと青少年 (4才から19才まで) 向けマインドフルネス・トレーニング・プログラム『マインドフルネス・マターズ』」を教えている。ベルギー、フランス、ドイツなど海外でも活動する。

■著者HP <http://www.elinesnel.com/>

親と子どものための マインドフルネス [新装版]

「いまここ」に意識を向け、こころを育み、「安全な場所」をつくるエクササイズ
[気持ちが一瞬と落ち着くマインドフルネス・エクササイズ音源付]

エリーン・スネル [著] / 出村佳子 [訳]

Sitting Still Like a Frog

Mindfulness Exercises for Kids (and Their Parents) Eline Snel

オランダ発の親子で実践する マインドフルネス実践ガイド。 全世界100万部突破の ベストセラー待望の復刊。

ジョン・カバット-ジン博士
越川房子先生

推薦

子どもに、健やかに幸せな人生を歩んでほしいと願うすべての親に、本書を推薦致します。本書のエクササイズは、その基盤となるの力を遊び感覚で養ってくれます。大人のマインドフルネス入門者にもおすすめできます。
——越川房子先生 (日本マインドフルネス学会副理事 / 早稲田大学教授)

学童期の子ども、さらには幼児期から、マインドフルネスのトレーニングを始めると、非常に有益であるという科学的証拠が増加しています。マインドフルネスのトレーニングをすることで、「いまここにしっかりとこころを向ける」ことが身につきます。まさに本書と、付録のエクササイズ音源が、役に立つでしょう。
——ジョン・カバット-ジン博士 (序文より)

株式会社JRC経由で、すべての取次への出荷が可能です。返品は無期限でお受けいたします。

ご注文は JRC へ

FAX 03-3294-2177
TEL 03-5283-2230

直接取引 (トランスビュー取引代行 / 返品可) FAX 0120-999-968

貴店名 / 番線印	ご注文数	親と子どものための マインドフルネス [新装版] エリーン・スネル [著] / 出村佳子 [訳]	価格: 本体2,400円+税 ISBN978-4-910770-58-1 C0037 サンガ新社 [刊]
ご担当者	様		冊