

## Filosofi PMF

- ↳ pendiri Dr. Herman Kabat → dibantu  $\left\{ \begin{array}{l} \text{Margaret Knott} \\ \text{Dorothy Voss} \end{array} \right\}$  FT.
- 1940 → menarik perhatian Henry Kaiser
- 1946 → mendinkan Kabat - Kaiser di Washington, D.C
- + 2<sup>th</sup> → pindah ke Vallejo, California.
- 1950 → + cabang di Santa Monica, California.

## FT mulai berkembang :

- 1945 → Margaret Knott : FT pertama
- 1948 → Pelatihan teknik PMF di Vallejo oleh Maggie.
- 1952 → Maggie + Dorothy Voss + Dr. Kabat
- 1960 → Menulis buku pertama tentang PMF. dikembangkan.

## Perkembangan teknik PMF :

(1985) pembentukan instruktur PMF → (1990) pembentukannya (IPMFA)  
↳ Asosiasi PMF Internasional

