

こころのcare講座 inフェミニストカウンセリング堺



DV、ハラスメント、性暴力、虐待などの経験による心の傷つきについて考え学んでいく講座です。

暴力のさまざまな形態、トラウマの対処法、より良いコミュニケーションの方法、自尊心など12のテーマを取り上げます。

一人ひとりが本来持っている力を確かめながら、ゆっくり回復の道をたどります。

何らかの傷つきのある当事者の方、またはそのご家族やお友だち、人間関係についてあらためて考えてみたいと思っている方も、どうぞご参加ください。

*連続参加でも一回のみの参加でもOKです

*グループトークなどはなく、自己開示の必要はありません。

日程：2024年9月11日～2025年10月8日

時間：13時～15時 (or16時) 詳細は裏面をご覧ください。

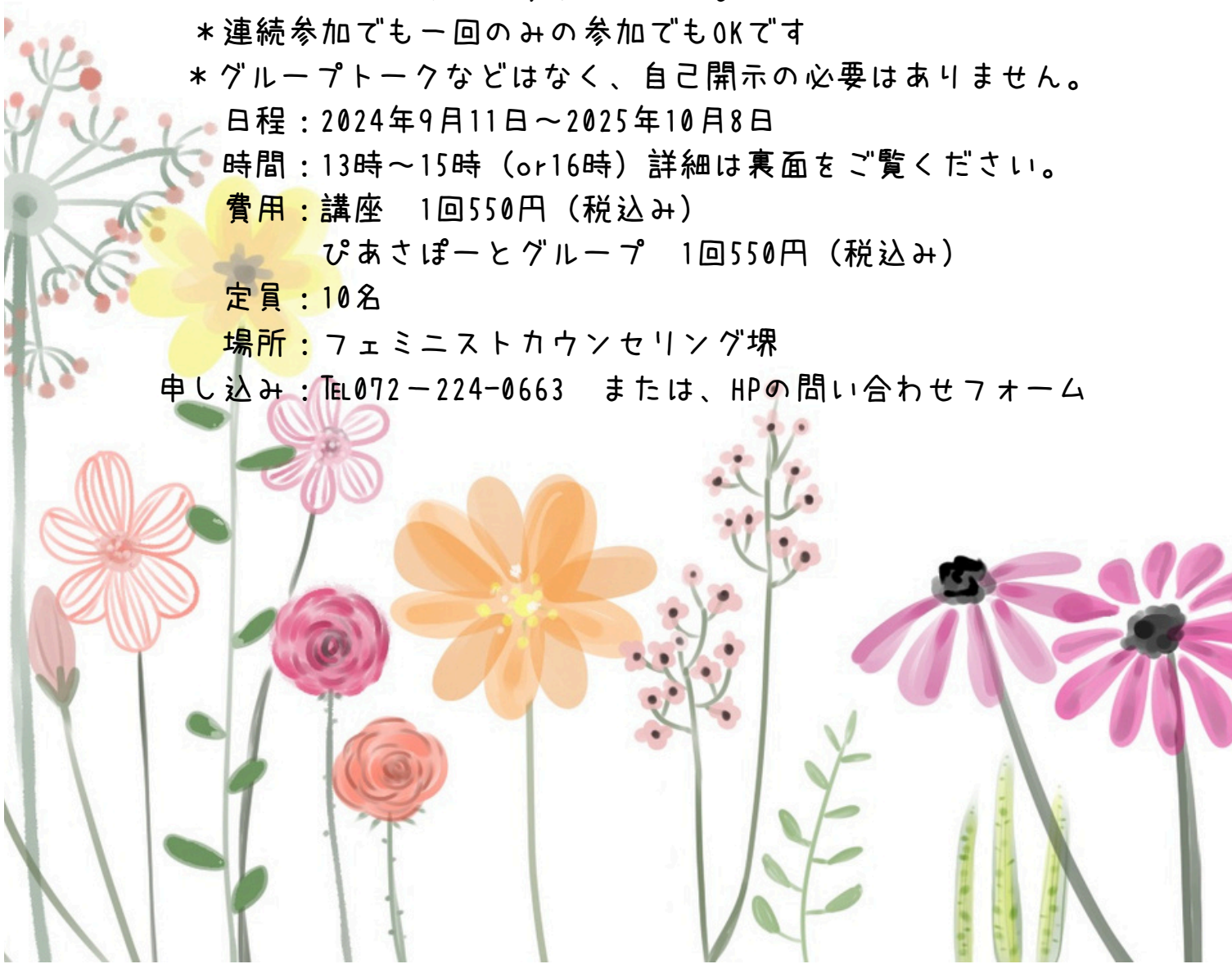
費用：講座 1回550円 (税込み)

ぴあさぽーとグループ 1回550円 (税込み)

定員：10名

場所：フェミニストカウンセリング堺

申し込み：TEL072-224-0663 または、HPの問い合わせフォーム



<日程とテーマ>

- ① 2024年9月11日…DV・トラウマを理解する
- ② 10月9日…「世間の枠」と私らしさ
- ③ 11月13日…身体的暴力・性暴力
- ④ 12月11日…精神的暴力・モラルハラスメント
- ⑤ 2025年1月8日…トラウマに対応するツール
- ⑥ 3月12日…傷つきによる喪失とグリーフ
- ⑦ 4月9日…境界線
- ⑧ 5月14日…コミュニケーション
- ⑨ 6月11日…育った環境・子どもへの暴力の影響
- ⑩ 7月9日…Bさん（加害者）とは
- ⑪ 9月10日…パートナーシップ
- ⑫ 10月8日…私を大切にする自尊心

*講座はすべて第2水曜日の13時～15時です。

*2月と8月の講座はお休みですが、息抜きタイムを考えています。

*15時10分～16時は”ぴあさぽーとグループ“を開催します。
(話したい人、聴きたい人、残りたい人だけ)

<講師>

荒谷静 : 日本フェミニストカウンセリング学会認定フェミニストカウンセラー
レジリエンスファシリテーター養成研修修了
公認心理師

平木貴子 : 日本フェミニストカウンセリング学会認定
フェミニストカウンセリングアドボケイター
レジリエンスファシリテーター養成研修修了
公認心理師

