



グリーンケア講座 #4 母と娘のグリーンワーク ～近過ぎて辛い、重い、でも言えない～



映画「ジョイ・ラック・クラブ (The Joy Luck Club)」をご存知ですか？

中国系アメリカ人の4組の母娘の葛藤と自分探しの物語です。娘を愛するが故に自分の価値観を押し付ける母と、反発を覚えながらも支配されてしまう娘。ぶつかり合いながら互いの思いに気付いていく母娘ですが、そこには女性特有の苦難がありました。時代も国も違っても現代の社会においてまだ根強く残るジェンダー(社会的・文化的に生み出された性差)が多くの女性の人生を困難にしています。家や役割に縛られて苦労したはずの母が、自分の娘にも同じ苦労を求めてしまうことがあります。また、「伝統的な女らしさ」に囚われない生き方を選ぶ女性を同じ女性が否定したり批判する現象は昔も今も変わらず存在します。

最新(2018年発表)の世界ジェンダー指数で不名誉にも149ヶ国のうち110位(G7最下位)だった日本。そんなもどかしい社会環境の中、私たちはどう「自分らしく」生きればいいのか、この機会に一緒に考えてみませんか？



本講座では、

- ① 映画のテーマを参考にジェンダーとは何かについて学び、
- ② 自分の母娘関係を見つめ直して失くしたものの、与えられなかったものを悼み、
- ③ 近すぎず遠すぎず、ほど良く心地よい母娘関係を検討します。

♡セッションの最後に心と体を緩めるリラクゼーション呼吸を行います。

♡母娘関係に関心がある女性が対象です。

♡グループ内の守秘に配慮します。

■ 講師：溝淵由理 (臨床心理士・公認心理師・米国認定カウンセラー)

■ 日時：2019年10月27日(日) 13:00-16:00

■ 受講料：3,300円(資料代、税込)

■ 申し込み〆切 10月20日(日)

■ 場所：松山市湊町4-3-2 こがねビル2F (市駅より徒歩5分)

■ 完全予約制(必ず事前にお申込みください)

お申込み、お問い合わせは下記電話もしくはHPへ

グリーンサポート BE WITH/ カウンセリング工房姫の会
TEL: 080-8631-3230 ☑ grieffbewith@gmail.com
<http://grieffbewith.com>

