



# 2021 年度開催講座

## パンデミック時代のグリーフワークとセルフケア

### 第4回 大切な人を支えるグリーフケア ～失敗しない聴き方、話し方～

オンライン開催!

新型コロナウイルスはこの一年の間も次々と変異を遂げ、ついに感染力が強力なオミクロン株も出現しました。第5波の後に一旦落ち着いていた私たちも再び感染拡大の予防に備えなくてはならないようです。

年が明ければ3年目に入る感染症との闘いで、私たちの暮らしは大きく影響を受けています。自分や家族、また仕事のために頑張ってきた人もそろそろ精神的な疲労を感じている頃ではないでしょうか。感染症で失くしたものは多いですが、同時に見つけたものも必ずあります。

新しい年を迎える今、自分と大切な人を支えるために役立つグリーフスキルを学びましょう。

本講座では、

- ① コロナ禍での体験を可能な範囲で共有し、
- ② 失くしたもの(Lost)をグリーフケアの視点で確認し、
- ③ 大切な人を支えるための聴き方・話し方を学びます。



♥ グループ内のプライバシーに配慮します(申し込み時のお約束厳守)。

♥ オンライン環境がある方、Zoom 利用体験のある方対象

■ 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：2022年1月8日(土) 13:00-15:00(小休憩あり)

■ 受講料：初回 4,350 円(資料郵送代込み)

※ 冊子「喪失と悲嘆のためのガイドブック」お持ちの方は 3,500 円のみ

■ 申し込み〆切 12月31日(金)

■ オンライン開催(Zoom 利用)

■ お申込みはこちらから → <https://forms.gle/s9ys6iwyT6uEmqAy6>



お問い合わせは下記電話もしくはHPへ

グリーフサポート BE WITH/ カウンセリング工房姫の会

TEL: 080-8631-3230

<http://grieffbewith.com>

mail: [grieffbewith@gmail.com](mailto:grieffbewith@gmail.com)

