

明るい方へ一歩ずつ★喪失後のグリーフワーク

2026年第1回

語り・聴き・分かち合う死別後のこころ

～トークセッションと学び～

オンラインセミナー

開催日時 1月30日(金)19:00-21:00

参加料金 ¥1,000(税込)



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）

申込み切1月23日18:00

大切な人を亡くすことは人生において最も辛く悲しい出来事です。

時間の経過が助けになるとはいえ、個人の感情は様々です。亡くなったとの関係性や歴史によっては罪悪感や後悔が残ることもあるでしょう。

自分一人では抱えきれない思いや感情を整理し、遺された人の心身の健康を支えるためにグリーフケアが活用されています。心理学から派生したグリーフケア・グリーフワークは宗派や信心を問わず誰でも学び、実践することができます。

本講座では前半を講義形式、後半を参加者との対話で学びを深めます。お話ししたい人がお話しできる範囲で、互いに時間を譲りながら参加できる場です。普段は話し辛いことを語って肩の荷を下ろしても良し、発言せずに人の話から学ぶのも良し。ご自分のニーズに合わせてご利用ください。

（ご参加にあたっては事前のアンケート記入と約束事の順守が条件となります）



講座申込用QR



お申込み：右のURLまたはQRコードからどうぞ

<https://griefevent202601.peatix.com>

※開催予定は変更の可能性があります。最新の情報はHPをご覧ください。

グリーフサポートBe With／カウンセリング工房姫の会

griefbewith@gmail.com

TEL: 080-8631-3230(留守電・SMSのみ)

お問い合わせ：HP、メール、TELでどうぞ



HP用QRコード