

女性に対する暴力被害からの回復ワーク

こころのケア講座

どんな暴力でも心は傷つきます。こころがモヤモヤしたり、生きづらさを感じていませんか？この講座は傷つきや、その傷の手当の方法を知り、自分が持っている内面の力を見出し、こころを回復していくための講座です。

講座では、NPO法人レジリエンスの「こころのケア講座」が提供している書き込み式の資料を使用します。個人の経験をお話したり、意見交換をする場ではありません。

4/11 (木) 境界線	6/29 (土) DV・トラウマ
4/25 (木) コミュニケーション	7/13 (土) 「世間の枠」と私らしさ
5/9 (木) パートナーシップ	7/27 (土) 身体的暴力、性暴力
5/23 (木) 加害者	8/10 (土) 精神的暴力、モラルハラスメント
6/13 (木) 育った環境、子どもへの暴力の影響	8/24 (土) トラウマに対応するツール
6/27 (木) 自尊心	9/14 (土) 喪失とグリーフ(深い悲しみ)
1/9 (木) DV・トラウマ	9/28 (土) 境界線
1/23 (木) 「世間の枠」と私らしさ	10/12 (土) コミュニケーション
2/13 (木) 身体的暴力、性暴力	10/26 (土) パートナーシップ
2/27 (木) 精神的暴力、モラルハラスメント	11/2 (土) 加害者
3/12 (木) トラウマに対応するツール	11/23 (土) 育った環境、子どもへの暴力の影響
3/26 (木) 喪失とグリーフ(深い悲しみ)	12/7 (土) 自尊心

*会場 石川県女性センター

*参加費 500円 (WEK 会員 300円)

サポートグループ 凧

あなたは、夫や恋人と居てつらくありませんか？モラハラ、暴力など、そのつらい体験を誰かに聞いてもらったことがありますか？

ピアサポートグループは、同じ悩みを持つ人が集まって、気持ちを言葉にして語り合う場です。

語り合いを続ける中で、自分を見つめ、共感し、お互いに支え合うという体験をして、自分に起きた状況やこれからどうしていきたいのかを考えてみませんか？

夫や恋人などとの関係で「これって暴力？」と悩んでいる女性なら、どなたでも参加できます。

グループで話されたことは、誰も批判、中傷、干渉はしません。その場限りの話として秘密は守られます。

*日程 4月～1月までの第3木曜日 14:00～16:00

*会場 安全のため非公開としています。

WEK プロジェクト事務所へお問い合わせください。

*参加費 100円 (お茶代)

*定員 1回につき 10名以内

女性のための相談

☆ 電話相談 076-255-7582

☆ メール相談 wek7582@spice.ocn.ne.jp

☆ 面接相談・カウンセリング (要予約)

☆ LINE 相談

※QRコードでお友達登録してください

