

第15回 ベア主催 勉強会のお知らせ

とき： 令和7年10月23日（木）19：00～21：00 （18：00～入室可能）
ところ： 北千住 シアター1010 ギャラリーB・C
（北千住マルイ11階：北千住駅と地下通路で繋がっています）
参加費： 2000円
対象者： 保健師、助産師、看護師、PSW、心理職、福祉職、保育士、教員、など
対人援助の仕事に関わっている方

凄まじい暑さの夏が過ぎ、ようやく秋を感じるようになってきました。
皆様いかがお過ごしでしょうか？
アレコレで2年ぶりになってしまいましたが、久しぶりに、ベアの勉強会を開催させていただきます。「行政ではできない勉強会を」をモットーに開催してきましたが、今回は「援助職である私たちのメンタルヘルス」を取り上げたいと思います。

私達は、日々大変なケースに関わる中で、仕事を辞めてしまいたい程の思いや、立ち直れない程のショックを経験する事があります。
更には、その思いを抱えたまま、日常の業務に戻らなければいけないという現実もあります。自分自身のメンタルヘルスも保てないまま、他の人のメンタルヘルスを保つべく働かなければならないという、ある意味無茶苦茶な仕事を日々こなしている私達。

そんな皆様の苦しさが少しでも軽くなれば・・・という思いで、今回の勉強会を開催します。

短い時間ではありますが、ご自身の抱えている苦しさを見つめ、少しでも自分と向き合って、自分自身を考え、心の奥にあるかもしれない、辛さ、しんどさを解放するきっかけにして頂ければ嬉しいです。何を思っても良い、何を話しても良い！という中で、「私本当はこんな事思っていたんだ！」なんて再確認ができるかもしれません・・・

今回は、吉羽久美先生（東京女子医科大学看護学部、講師）のミニレクチャー、その後、エンカウンターグループ的なグループの体験を通して、少し自分と向き合い、自分を見つめる・・・そんなプログラムを予定しています。

*因みに、エンカウンター・グループとは、メンバーがそれぞれ本音で語ることにより、互いの理解を深め、また、自分自身の受容と成長、対人関係の改善などを旨とする集団心理療法のひとつです。

ご都合のつく方は、是非ご参加下さい。お待ちしております

カウンセリングルーム ベア 田熊 喜代巳
(03-5244-2127、E-mail:saikoroguma@yahoo.co.jp)

~~~~~・~~~~~・~~~~~・~~~~~・~~~~~

・勝手ながら、ご出席頂ける方は、準備の都合上、  
できれば一週間位前までに、ご連絡頂ければ嬉しいです。  
その際、お名前・職種・所属・職種としての経験年数をお教え下さい

