

女性だけの心理学

自分である「ココロの手入れ」

自分の心のくみ、心の動き、心の悩みには、どんな心理的対処法があるでしょうか。
その心理的対処法を知識として知るとともに、日常の人との関係の中で生かすことができるように、
具体的に学んでみませんか。

何を
したいか
わからない

不安



さびしい

嫌われる
のが怖い

- | | | |
|-----|-------------|-----------------|
| 第1回 | 10月 2日 (木) | わたしを知ろう |
| 第2回 | 10月 9日 (木) | わたしのこころとからだに気づく |
| 第3回 | 10月 16日 (木) | わたしの中のとらわれ |
| 第4回 | 10月 23日 (木) | わたしを違う視点で見る |
| 第5回 | 10月 30日 (木) | わたしを好きになろう |

いずれも 10:00~12:00

講師：フェミニストカウンセラー 増井さとみさん (ウイメンズカウンセリング名古屋YWCA所属)

ところ：ウイズ豊川 2階視聴覚室

参加費：無料

定員：先着30名(女性・5回参加可能な方)

申込み&問合せ：9月1日(月)から受付 生活活性課 0533-89-2165まで

託児：託児一人1回500円 9月19日(金)までに電話で生活活性課まで