

2019年度CESC“遊び場”グループ・ワーク

Well Being

「私の時間-楽・福・幸のために-」

願い（企画意図）

「皆それぞれが自分の生活を営み、人生を過ごしてきました。そして、皆“私がこの世を去るまでの間充実した人生を歩みたい。楽しく幸せな時を創って行きたい。”と願っていることでしょう。

でも、一人ではエネルギーが足りないし寂しい。肯定的なストローク（やり取り）を交換できる人たちと、互いに分かり合い、互いに支え合えたら、心開かれ、それぞれの新しい世界が見え、力が湧いてくるでしょう。それぞれの人生、できる限りWell beingでありたい。」このような思いを基にグループを企画しました。

元号令和に込められた意味、それぞれの花を大きく開かせることができるように。

基本は、メンバーの話を聴き、自分のことも語り、分かち合ってもらい安心の中で自分を、他者を発見する相互交流、グループです。安全で安心な場になるようかかわります。

「暮らしや生き方に役立つカウンセリング心理学」も毎回30分くらい盛り込んで、少しお勉強モードを入れつつ、話し合っていきたいと考えています。

日時：毎月 第1水曜日

14:00～16:00

2019年 9/4、10/2、11/6、12/4、
2020年 1/15、2/5、3/4

ファシリテーション・レクチャー：

笈田 育子

対象：人生を有意義に生きたい方
仲間を作りたい方
心理学を生活に活かしたい方

参加費：年会費 6,000 円
毎回 2,000 円（資料代含）

会場：NPO CESC 研修室

※参加の方には、CESC 会員になっていただきます。参加費は、参加毎に寄付としていただきます。

※グループ内での話し合いの内容は秘密厳守です。それぞれに守秘義務を尊重していただきます。

【申込方法】

URL <http://www.npo-cesc.or.jp> の左側にある受講申込みフォームを開け、必要事項を記入して送信してください。

または、氏名・住所・携帯番号・携帯 mail、PC-mail を明記し、FAX:03-3233-3364 へ送信ください。

【会場アクセス】

NPO カウンセリング教育サポートセンター

- ◆地下鉄 三田線・新宿線・半蔵門線 神保町駅 A5 出口から徒歩 3 分
- ◆地下鉄丸の内線 御茶ノ水駅 10 分
- ◆地下鉄千代田線 新御茶ノ水 B3 8 分
- ◆JR 御茶ノ水駅 御茶ノ水橋口 8 分
- ◆JR 水道橋駅 東出口 9 分

<http://www.npo-cesc.or.jp> 地図参照

特定非営利活動法人 カウンセリング教育サポートセンター

〒101-0051 東京都千代田区神田神保町 1-34-21 風間ビル 3 階

URL : <http://www.npo-cesc.or.jp> TEL : 03-3233-3363 FAX : 03-3233-3364