

女性だけの心理学

自分である「こころの手入れ」

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

イラスト提供 ふわふわわり

- | | | |
|-----|-------------|-----------------|
| 第1回 | 10月 1日 (木) | わたしを知ろう |
| 第2回 | 10月 8日 (木) | わたしのこころとからだに気づく |
| 第3回 | 10月 15日 (木) | わたしの中のとらわれ |
| 第4回 | 10月 22日 (木) | わたしを違う視点で見る |
| 第5回 | 10月 29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YW CA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（市内在住・在勤の女性で5回参加可能な方）

申込み&問合せ：9月1日（火）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18日（金）までに電話で生活活性課まで

主催：豊川市

企画運営：豊川共生ネットみらい