

ピアカウンセリングの集い

※ピアカウンセラー養成講座及びピアカウンセラーが相談に応じる形式ではありません。
自分が日々感じていることなどを分かち合いましょう！

テーマ：自分が楽になる考えかた

「楽になれる考えかた」というと何となく前向きな、プラスな考え方をしなくてはならないと感じる方もいらっしゃるかと思います。それに越したことは無いですが、なかなか難しいですよ。苦しい時、自分を追い込んでしまわないためには、後ろ向きな考え方であったり、時には逃げの様な考え方もありだと思えます。いろんな考え方を話し、聴いてみましょう。

日時：令和5年1月5日(木) 18:30～20:30

仙台市福祉プラザ **10階 第4研修室**
(仙台市青葉区五橋2丁目12番2号)

※地下鉄南北線「五橋駅」南1番出口から徒歩3分
～ 公共交通機関にてご来場ください ～



- ・間隔を空けるため、人数を制限させていただく場合があります
- ・マスクの着用をお願い致します
- ・発熱や風邪症状のある方は、参加をご遠慮下さい



お申し込み・お問い合わせ先

NPO法人仙台市精神保健福祉団体連絡協議会(仙精連)

電話・FAX:022-214-2858

メール:night-eline@dolphin.ocn.ne.jp

