



# 川崎こころのケアセンター グループワークのご案内とお誘い



2022年12月開催のグループワークのご案内です。

川崎こころのケアセンターが2022年9月に開業してから、10月、11月と、これまで2期のグループワークを開催してきました。

どの期も初めはみんなが少し緊張して、お互い様子を見ながらの第1回目。色で例えると、きっと何にも染まっていない真っ白いキャンバス。そこに2回目、3回目、と同じメンバーで回を重ねていくごとに、その時のメンバー色に染まったオリジナルの絵が描かれていきます。そしてお互いの緊張もほぐれ、笑顔があふれていきます。

グループは、個々のパーソナリティの集まりです。

グループワークでは、安心できるグループの中で、集った仲間と話し、いろいろなエクササイズを通して時間を共有します。

安心できる環境で人とコミュニケーションを持つことは、周りの人達への理解、そして自分への理解を深める大きな体験となり、自己表現の場となります。そしてその体験と理解が、グループの中で人との交流や人間関係、そして自分自身との付き合い方を豊かにしていくのだと思います。

体験してみないと分からない！ここでしか出来ない体験を、ぜひ仲間や私たちと共有してみませんか？

そして豊かな人間関係を育んでいきましょう。



## 川崎こころのケアセンターでは、2種類のグループワークをご用意しています

①毎週日曜日 10時～12時30分 4回（1ヶ月）1クール 参加費：16,000円/月  
～ 集団の中で、いかに安定していただけるかを一緒に考え、実践していきましょう～

②月1回 水曜日 13時半～16時 参加費：4,000円/回  
～ 比較的ゆっくりとグループ体験をするもので、グループの中で「楽しむ」ことをメインとしています～  
（※参加費はいずれも税込みです）

### 【2022年12月 開催スケジュール】

①日曜日グループ <2022年12月4日、11日、18日、25日>

②水曜日グループ <2022年12月14日>



お申込み・お問合せは、お気軽に川崎こころのケアセンターまで

ホームページ：<https://www.kawasaki-pcc.com/>

メールアドレス：[info@kawasaki-pcc.com](mailto:info@kawasaki-pcc.com)

TEL/FAX：044（767）0682

