

# 大阪北支部主催 オンライン研修会のご案内 「折れない心を育てるいのちの授業」

(前回 好評を頂きましたので今年も実施させていただく事になりました)

人は、頭ではいけないとわかっていても 自分や他人を傷つけてしまう時があります。ついつい悪口を言ってしまったり、きつい言葉を言ってしまったり、「うるさいなあ〜」って言うてしまったり、自分を追い込んでしまったり…そんなことはないでしょうか？ 私たちはどうしてそのようなことをしてしまうのでしょうか？ それは「苦しいから」ではないでしょうか？ どうすれば、苦しくても、人や自分を傷つせずに生きていくことが出来るのでしょうか？ 授業を通して「気づき」を感じていただければと思います。

## 授業が目指すこと

折れない心を育てるプロジェクトのご案内

様々な困難に遭遇する人生において

- 1, 自分の苦しみと向き合えること
- 2, 目の前で苦しんでいる人に関われる事

これらの実践を通して、自尊感情・自己肯定感を育みます。



- ◆解決困難な苦しみ
- ◆励ましが通じない
- ◆自分が誰からも必要とされていないと感じる



- ◇苦しみから支えに気づく
- ◇苦しむ人を前に私にもできることがある
- ◇自分を認め、大切にす



折れない心を育てるいのちの授業の内容（苦しみから支えに気づく・援助的コミュニケーション・自分を認め自らの支えに気づくに加えて）援助職である私たちが相手にとって『聴いてくれる人』になるためのきっかけにして頂ければと思います。

**日時：2023年12月9日（土） 14:00～16:00（途中休憩あり）**

場所：オンライン開催 ZOOM での開催となります。

申し込みはこちらです



URL：<https://forms.gle/JsGWMr5La96fNML56>

申込期限：2023年12月2日（土）まで



**お願い**：参加希望の方には事後にアンケートをお送り致しますのでご協力願います。

また、当日使う資料を研修日 2～3 日前に PDF でお送りいたします。出来れば A3 で印刷頂ければより良いのですが、ご家庭で印刷されるなら A4 以上に事前に印刷してご参加ください。

お問い合わせは [kitasibu2012@yahoo.co.jp](mailto:kitasibu2012@yahoo.co.jp) まで