

DVで悩んでいる女性の当事者のためのグループ

# グループしおん

パートナーに関して  
思っていることを  
話してみませんか？

心身をいたわりあいながら悩みを語り、これからの生き方に  
自信をもつことができるように話し合っています。

秘密は厳守  
します！

日時

【2020年】

4月15日(水)、5月20日(水)、6月17日(水)  
7月15日(水)、8月19日(水)、9月16日(水)

🕒 10時～12時 《4月以降も毎月第3水曜日に行う予定です。》

場所

京都市内

対象者

DVで悩んでいる女性の当事者

参加費用

400円

問い合わせ先

☎ 075-205-3392 [9時～21時 ※事前にご連絡ください。]

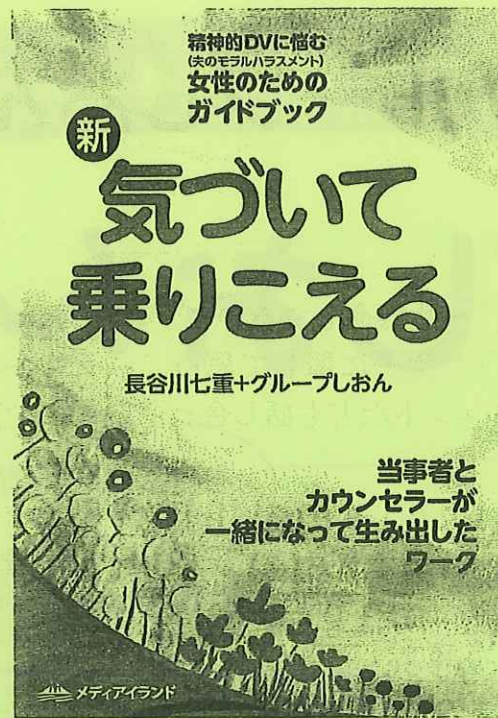


主催：グループしおん

共催：京都府男女共同参画センター らら京都

協力：カウンセリングルームはな 代表・心理カウンセラー 長谷川 七重





長谷川七重+グループしおん 著  
メディアアイランド/ 発行  
1300 円+税

## 『新 気づいて乗り越える』

—精神的 DV に悩む (夫のハラスメント) に悩む女性のためのガイドブック—

身体的暴力にくらべ、精神的暴力 (モラルハラスメント) は、相手のどんな言動でどのように傷ついているかに気づきにくく、周囲の人にもわかりにくいことが多いです。この本はなぜこんなに落ち込んでしまっているのか、自分の心身の状態をチェック (チェックリストはメンバーと共に作成) しながら、夫の言動との関係がわかるように説明しています。

こんなことはたいしたことではない、我慢できない私が悪いのかもと思いがちな人が、読み進めるうちに、そんな言動をする権利は誰にもないということに気づき、自分を取り戻していくことをめざしています。心身を癒すたくさんのワークも紹介しています。

前著『気づいて乗り越える』が完売しましたので、今回は子どもへの影響や接し方を書き加えました。掲載したメンバーの経験も参考になるとと思います。