

死別の悲しみとグリーフケア ～喪失から始まる道程～

どんな内容？

- グリーフについて知りたい方、グリーフを考えるきっかけが欲しい方々にヒントを提供する4回シリーズの小さな勉強会です。
- 時間内ではグループワークやご自身のグリーフ体験に向き合っていただく機会があります。
- 本講座は悲しみの解決方法を教えるものではありません。また個別のご相談に応じるものでもありません。ご自身とのグリーフとの向き合い方をご自身なりに考えていただく機会と捉えて下さい。

参加条件

- 心身ともに健康である方。ご自身のグリーフと向き合うことに支障をきたすような、自分自身の強いケアニーズを抱えていない方。

備考

- 講座では事件や事故のご遺族の話を取り上げます。そのため同様の死別体験をお持ちの場合、フラッシュバックで辛くなってしまうことがあります。

講座概要・申込方法

日程 内容

- ◆第1回 2025年9月28日(日)10時～11時30分
「グリーフとは何か（なぜ今、グリーフを考えるのか）」
 - ◆第2回 2025年11月23日(日)10時～11時30分
「死別の悲しみとグリーフケア」
 - ◆第3回 2026年1月25日(日)10時～11時30分
「自死と自死遺族等のグリーフについて」
 - ◆第4回 2026年3月22日(日)10時～11時30分
「グリーフ及びグリーフケアの学びを実践している人々の活動紹介」
- *9時30分開場 *講義60分、ワーク及び対話30分

会場

多摩市関戸公民館 第三学習室

料金

1回300円（当日お支払いください）

定員

30名

お申込

グリーフサポートたま 講座お申込みフォーム（QRコードまたはホームページ）

問合せ

メール：grief.tama@gmail.com

電話：090-1264-8425（はやかし/夜間）



講師：笥智子（グリーフサポートたま代表・上智大学グリーフケア研究所客員研究員）

講座監修：島菌進（グリーフサポートたま顧問・宗教学者・東京大学名誉教授）

企画：グリーフサポートたま