

支援者サロン☆CatY のスケジュール

★内容が変更になることもあります。事前にご予約ください。

	日にち	内 容		日にち	内 容
第1回	5/10	カフェ キャットわい	第11回	10/11	仲間同士のピア・スーパービジョン実践編
第2回	6/7	命の呼吸～シェア&リラクゼーション	第12回	11/1	15分間のミニカウンセリング・トレーニング
第3回	6/14	仲間同士のピア・スーパービジョン実践編	第13回	11/8	学習会
第4回	7/5	15分間のミニカウンセリング・トレーニング	第14回	12/6	15分間のミニカウンセリング・トレーニング
第5回	7/12	学習会	第15回	12/13	カフェ キャットわい
第6回	8/2	15分間のミニカウンセリング・トレーニング	第16回	1/10	仲間同士のピア・スーパービジョン実践編
第7回	8/9	カフェ キャットわい	第17回	2/7	命の呼吸～シェア&リラクゼーション
第8回	9/6	命の呼吸～シェア&リラクゼーション	第18回	2/14	15分間のミニカウンセリング・トレーニング
第9回	9/13	15分間のミニカウンセリング・トレーニング	第19回	3/7	15分間のミニカウンセリング・トレーニング
第10回	10/4	15分間のミニカウンセリング・トレーニング	第20回	3/14	学習会

支援者サロン☆CatY

世話人から一言



カフェ キャットわい

(うてつあきこ 単身女性のための更生施設生活指導員)

ゲストを招いてお話をお聞きしたり、疲れた体や心を癒すハーブを用いた小物を作ったり、気ままに好きな映画や本のお話をしたりしたいと思います。おいしいコーヒーや紅茶、ハーブティ、お菓子を用意してみみなさんのお越しをお待ちしています。

命の呼吸～シェア&リラクゼーション

(アナマ和恵 セラピスト、社会福祉士)

DV 被害者支援は、心身の緊張の連続です。いつのまにか呼吸は浅くなり、疲れやすくなっています。頭を休め体にフォーカスすることで生命力の回復をお手伝いします。二次受傷の防止にも役立ちます。

15分間のミニカウンセリング・トレーニング
(あぜがみゆうこ 東京都特別区婦人相談員)

15分間と区切って聞き手と話し手が交代し、傾聴する/してもらう体験を繰り返す、とてもシンプルなトレーニングです。毎回守秘の約束をし、参加者全員で安心な場を造り出していきましょう。キーワード：援助者/被援助者の対等性、自己覚知、パーソンセンタード・アプローチ

学習会 (丸山聖子 女性相談員)

女性支援を支えている法律やその運用について、気になっているけど学ぶ機会がない！という方に～たとえば、売春防止法、堕胎罪、面会交流(民法766条)など。一歩踏み込んで一緒に考えてみませんか。

仲間同士のピア・スーパービジョン実践編

(米山麻以子 東京YWCA)

SFRチーム(ソリューション・フォーカス・リフレクティング・チーム)という手法を使ってグループでピア・スーパービジョンを行います。サポートを受けたい方、サポートをしたい方、お気軽にご参加ください。