

# Group My Way

異動や昇格、転職、結婚、出産……人生の大きな転機だ。そして、喜ぶべきはずのできごとだ。それなのに、どこか自信がない。求められる役割を果たせるのか、自分に務まるのか、不安でしょうがない。がんばっているのに思うように力が出さきれない、焦るばかりでちっとも楽しくない。そんな不全感を抱えているあなた。

自分なりの、自分だけの新しい生きかたを見つけよう。

周りに合わせるのでもなく、孤立するのでもなく、自分のいる場所で自分の能力を、エネルギーを思う存分、気持ちよく使えるようになる道筋を見つけよう。

それぞれ別の道を歩いてきた者たちが出会い、一緒に試行錯誤し、自分の道を堂々と歩けるようになるための、新しいグループセラピーに来ないか。

Let's find and go our own ways!

セラピスト：髭 香代子

対象：25歳以上60歳未満

日程：毎週火曜日 19:00-20:15

料金：1回 5,000円（税込）

定員：5名（2名以上集まった時点で開始します）

\*参加希望者には個別の事前面接を行います



PAS心理教育研究所

〒153-0041 東京都目黒区駒場2-8-9

電話：03-6407-8202

<http://www.pas-ins.com/>