

## 女身·女聲·女生～女性自我療癒成長團體(二)

### 【話療&畫療～聽見妳的眼淚：悲傷療癒與成長團體】

生命中難免有悲傷與失落的經驗，需要一個安穩的環境，讓我們好好地表達與彼此陪伴。

這是一份邀請～～

邀請妳來到團體中，讓我們一起學習提供彼此一個安全、支持的關係，透過述說、分享、對話、藝術媒材創作...等方式，試著讓悲傷失落的經驗能以被傾聽與受到撫慰。我們也會學習如何好好地回應人我的情緒感受，在相互扶持陪伴中，試著同行一段哀悼的歷程，療癒心傷，轉化悲痛經驗，也期待終能豐厚我們彼此的生命。

讓我們一起體驗～～

【話療】～說說自己的生命故事；【畫療】～畫畫自己的心靈樣貌。

這是一個邀請妳進入個人內心世界的團體，請容讓自己在紛擾的生活步調中，有一小小時空，專心和自己在一起，整理悲傷與失落的經驗，轉化療癒。

誠摯地歡迎妳，來！

- ▲團體帶領人：王嘉琳 諮商心理師（諮心字第 000010 號）
- ▲團體時間：113/7/16、7/23、7/30、8/6、8/13、8/20（共六次）；每周二 13：30-16：30
- ▲團體地點：加惠基金會（台北市復興北路 181 號 7 樓之 5）
- ▲適合對象：設籍、居住或工作地在台北市，且有以下情形者，請在報名表中註明您符合優先錄取資格：1.家庭照顧者（有需特殊照料之兒童/老人/身心障礙者等）。2.親權由單獨監護，或共同監護但為主要照顧者。3.中低收入戶家庭。4.離婚或離婚程序中。5.單身。
- ▲注意事項：
  - 1.收取保證金 500 元，請於參加第一次團體時直接繳交給櫃檯人員。（全程參與後，於最後一次團體結束時全額退費）。
  - 2.團體期間會安排課後作業，以幫助大家覺察探索，請確認能承諾出席與完成作業再行報名。
- ▲報名流程：至加惠官網填寫報名表單（<https://forms.gle/UAkafnfzakgSi1Cx9>），經篩選錄取資格，以信件通知。（開課前 10 天截止報名；如遇額滿，則提前截止，亦不接受現場報名）
- ▲備註：
  - 1.報名所填之個人資料僅供加惠基金會活動所用。2.本團體由臺北市政府社會局公益彩券盈餘分配基金補助。
- ▲活動洽詢電話與信箱：(02) 2558-2771 / [mail@jcf.org.tw](mailto:mail@jcf.org.tw)



報名表單