

グリーフワークかがわ公開セミナー

【2011年度】

第3回 2011年9月25日

テーマ：グリーフワークと電話相談への思い

講師：古澤光子 グリーフワークかがわ理事

公開セミナー第3回のテーマ「グリーフワークと電話相談への思い」は、グループミーティングでの出会いを通して学んだ事、感じた事、を中心に話しを展開させました。対象喪失の中でも大切な人との死別体験はもつとも辛く悲しいものですが、グループミーティングに集われた人たちには、どのような苦悩と悲しみがあつたのか、その苦悩と悲しみにどう対処していかれたのか。そのようなつらい経験をされた方たちがはじめてグループミーティング参加された方たちをなぐさめ励まして

だんだんお元気になっていかれたようすをお話しさせていただき事で、グリーフワークの大切さを皆さんに分かって頂き、その中で、人は弱くて傷つきやすい存在ではあるけれど奥のところでは、強くて優しいのも事実である。という事も皆さんに分かって頂きたく思いました。

悲しみの真ん中にある人に周囲はどんな事ができるのでしょうか？と、いう面でもグループミーティングでの出会いを通して学んだ事、感じた事で、実際的なお話しをさせていただきました。喪失体験は、悪い事ばかりではない、喪失体験から得られるものいっぱいあるという事その中でも自分にとって本当に大切な人やものを優先する生き方を体得することは、これからの人生を生きていく上でなにもものにも代えられない得難い事であると考えます。

「草原の輝けるとき 花美しく咲きしとき

再びそれは還らずとも嘆くなかれ その奥に秘めたる力を見出すべし」

「神様、私たちにお子え下さい。

変えられないものをそのまま受け入れる冷静さと、

変えられるものを変える勇気を。

そして、変えることのできるものと、変えることのできないものを見分けるための知恵を。 ニーバーの祈り

10月からの電話相談（ヘルプライン）開設への思いも含めてグリーフワークかがわとしてどんな支援ができるのか、皆さんは、何を望んでいられるのかを解りあえたらとグループに分かれて話し合っていました。

公開セミナー参加してくださった方に、心から感謝申し上げます。