

子育てに苦しさを感じている親のための

2021年度

MY TREE ペアレンツ・プログラム®



「子育てにしんどさを感じている」「気がつけば子どもをたたいている」
 「子どもを無視してしまう」「このままではどうなってしまうのかとても不安」
 そんなあなたを大切に作るプログラムです。少人数での語り合いを中心とした、
 支え合いのグループです。
 参加者の秘密は厳守されます。安心してご参加ください。お待ちしております。



☆ 日程・内容

(毎週金曜日)10:15~12:15		プログラムの内容
2021年 5月14日(金)・21日(金)		<事前面接>
1	6月 4日(金)	1 安心な出会いの場：目的、約束事、瞑想ワーク
2	6月11日(金)	2 安心な出会いの場：わたしの木
3	6月18日(金)	3 わたしのエンパワメント
4	6月25日(金)	4 怒りの仮面
5	7月 2日(金)	5 感情コントロール
6	7月 9日(金)	6 体罰の6つの問題
7月16日(金)		<中間面接>
7	7月21日(金)	7 気持ちを聴く
8	7月30日(金)	8 気持ちを語る
9	8月 6日(金)	9 自己肯定感：否定的ひとり言の掃除
10	8月20日(金)	10 自分をほめる、子どもをほめる
11	8月27日(金)	11 母親らしさ？ 父親らしさ？ 自分らしさ
12	9月 3日(金)	12 もっと楽なしつけの方法
13	9月10日(金)	13 MY TREE
9月17日(金)		<終了時面接>
12月 14日(火)		同窓会①
		同窓会②

募集人数：10名

参加費：無料

保育：無料(事前申し込みが必要です)

場所：京都府綾部総合庁舎(綾部市川糸町丁畠10-2)

・JR「綾部」下車 徒歩15分

・舞鶴方面から：国道27号味方交差点を右折、丹波大橋直進、川糸交差点右折

・福知山方面から：府道8号(福知山綾部線)を綾部方面直進、高架橋を降りてすぐ川糸交差点左折

申込方法：①関連機関からの申し込み。②当事者からの直接申し込み。

申し込み・問い合わせ先：

京都府家庭支援総合センター

相談・判定課 寄り添い支援チーム

TEL 075-531-9650

(プログラムの実施は、MY TREE ペアレンツ・プログラム®専門スタッフが担当します)

