

2021(R3)年度

子育てに苦しさを感じている親のための 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するプログラムです。
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

(隔週 金曜日) 10:00~12:00	プログラムの内容
2021(R3)年 9月2日(木)・3日(金)	<事前面接>※ どちらか1日のみ ※
9月 10日(金)	1 安心な出会いの場:目的、約束事、瞑想ワーク
9月 24日(金)	2 安心な出会いの場:わたしの木
10月 8日(金)	3 わたしのエンパワメント
10月 22日(金)	4 怒りの仮面
11月 12日(金)	5 感情コントロールの方法
11月 26日(金)	6 体罰の6つの問題
12月 2日(木)・3日(金)	<中間面接>※ どちらか1日のみ ※
12月 17日(金)	7 気持ちを聴く
2022(R4)年 1月 14日(金)	8 気持ちを語る
1月 28日(金)	9 自己肯定感:否定的ひとり言の掃除
2月 4日(金)	10 自分をほめる、子どもをほめる
2月 18日(金)	11 母親らしさ? 父親らしさ? 自分らしさ
3月 4日(金)	12 もっと楽なしつけの方法
3月 11日(金)	13 MY TREE
3月 24日(木)・25日(金)	<終了時面接>※ どちらか1日のみ ※
	同窓会①
	同窓会②

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

募集人数 : 10名

参加費 : 無料

保育 : 無料。事前申込みが必要。

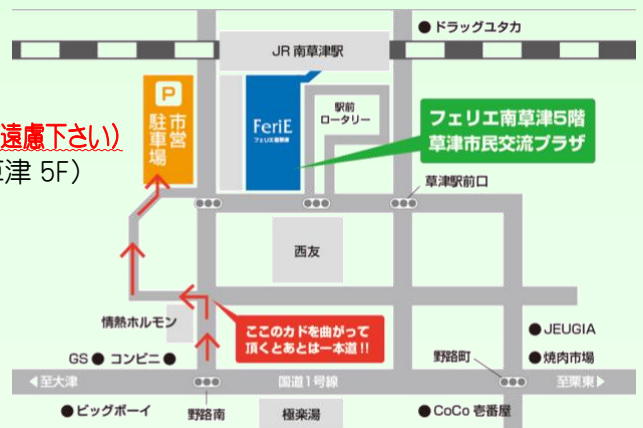
場所 : 草津市立市民交流プラザ(会場への連絡はご遠慮下さい)
(草津市野路 1-15-5 フェリエ南草津 5F)

申込方法 : メール・またはお電話にてご連絡下さい。
こちらから折り返し連絡致します。

<ご質問・お問合せ>

MY TREE しが ☎ : mytree.shiga@gmail.com

☎ : 050-5362-4393



本チラシは、一般財団法人滋賀県民間福祉振興財団様からの助成を受けて作成しています