

2022年度

# 子育てに苦しさを感じている親のための

## 父親 MY TREE パレンツ・プログラム®

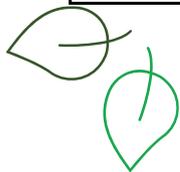


子育てが辛い。子どもに暴言、暴力、無視を繰り返してしまう。  
 体罰以外のしつけと方法がわからない。自分を変えて、安心な家庭を作りたい。  
 そんなあなたを大切にするプログラムです。  
 参加者の秘密は厳守されます。  
 安心してご参加ください。お待ちしております。



### ☆ 日程・内容

10:00~12:00	プログラムの内容
2022年 7月23日(土)・31日(日)	<事前面接> 個人面接
8月 7日(日)	1. 安心な出会いの場: 目的、約束事、瞑想ボディワーク
11日(祝)	2. 安心な出会いの場: わたしの木(止観瞑想)
28日(日)	3. ステップinサークル→エンパワメント
9月 4日(日)	4. 怒りの仮面
10日(土)	5. 「死の危険」ワーク→感情のコントロール
17日(土)	6. 体罰の6つの問題
25日(日)	<中間面接> 個人面接
10月 2日(日)	7. 気持ちを聴く
16日(日)	8. 気持ちを語る I メッセージ
23日(日)	9. 泣く力は生きる力
30日(日)	10. 自分をほめる、子どもをほめる
11月 6日(日)	11. 家族えん会議ミニ版
12日(土)	12. 体罰に代わる10のしつけの方法 宣言をわかちあう
20日(日)	13. MY TREE終了のセレモニー
27日(日)	<終了時面接> 個人面接
3~4カ月後 日程未定	<同窓会>



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 : 高槻市民交流センター(クロスパル高槻)  
 申込方法 : QRコードからお申込みください。

プログラムの実施は 専門スタッフが担当します。

#### 問い合わせ先

一般社団法人MY TREE 父親プログラムチーム  
 電話 (080-3785-2001)  
 Eメール (mytreefather2021@gmail.com)



JR 高槻駅 南口出てすぐ左

本実践は READYFOR のクラウドファンディングの  
 ご支援を受け、実施いたします。