

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

(毎週土曜日)13:30~16:00		プログラムの内容
		<事前面接>個人面接
2022年	8月27日	1. 安心な出会いの場:目的、約束事、瞑想ボディワーク
	9月3日	2. 安心な出会いの場:わたしの木(止観瞑想)
	10日	3. ステップ in サークル→エンパワメント
	17日	4. 怒りの仮面
	24日	5. 「死の危険」ワーク→感情のコントロール
	10月1日	6. 体罰の6つの問題
	8日	<中間面接>個人面接
	15日	7. 気持ちを聴く
	22日	8. 気持ちを語る I メッセージ
	29日	9. 泣く力は生きる力
	11月5日	10. 自分をほめる、子どもをほめる
	12日	11. 家族えん会議ミニ版
	26日	12. 体罰に代わる10のしつけの方法 宣言
	12月3日	13. MY TREE 終了のセレモニー
	10日	<終了時面接>個人面接
2023年	3月4日	<同窓会>3ヶ月後



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：パルティ とちぎ男女共同参画センター
 (宇都宮市野沢町4番地1)
 申込方法：電話でお申し込みください
 0288-21-2119
 *はじめに電話で個人面接の予約を入れてください。
 (プログラムの実施は、MY TREE パレンツ・プログラム®
 専門スタッフが担当します。)

申し込み・問い合わせ先

認定 NPO 法人だいじょうぶ
 〒321-1261 栃木県日光市今市 1659-10
 子どもと親の相談室(だいじょうぶ事務局)
 TEL 0288-21-2119/FAX 0288-22-7294



本実践は READYFOR のクラウドファンディングの
 ご支援を受け、開催することになりました