

2025年度

子育てに苦しさを感じている親のための

母親

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

(毎週火曜日)10:30~12:30 ※9月9日のみ水曜日	プログラムの内容
2025年 8月19日(火)/20日(水)/ 26日(火)	<事前面接>個人面接 ※左記のいずれか1日
2025年 9月 2日(火)	1. 安心な出会いの場:目的、約束事、瞑想ボディワーク
2025年 9月 9日(水)	2. 安心な出会いの場:わたしの木(止観瞑想)
2025年 9月16日(火)	3. わたしのエンパワメント
2025年 9月30日(火)	4. 怒りの仮面
2025年10月 7日(火)	5. 「死の危険」ワーク→感情のコントロール
2025年10月14日(火)	6. 体罰の6つの問題
2025年10月21日(火)/22日(水)	<中間面接>個人面接 ※左記のいずれか1日
2025年10月28日(火)	7. 気持ちを聴く
2025年11月11日(火)	8. 気持ちを語る I メッセージ
2025年11月18日(火)	9. 自己肯定感:否定的ひとり言の掃除
2025年11月25日(火)	10. 自分をほめる、子どもをほめる
2025年12月 2日(火)	11. 母親らしさ? 父親らしさ? 自分らしさ
2025年12月 9日(火)	12. 体罰に代わる10のしつけの方法 宣言
2025年12月16日(火)	13. MY TREE 終了のセレモニー
2026年 1月13日(火)/14日(水)	<終了時面接>個人面接 ※左記のいずれか1日
2026年 3月10日(火)	<リユニオン>

募集人数 : 10名

参加費 : 無料

保育 : 無料(事前申込みが必要です。)

場所 : 彩の国すこやかプラザ

主催・問い合わせ先:埼玉県南児童相談所

心理支援担当 大橋・富樫 電話048(262)4152

申込方法 : 電話で下記各児童相談所の MY TREE 担当者にお申込み下さい。

後日、管轄の児童相談所にて面談があります。

その後、参加していただけるかのお返事をいたします。

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

申し込み先(平日の8:30~18:15)さいたま市児童相談所は8:30~18:00)

中央児童相談所:048(775)4152 南児童相談所 :048(262)4152

川越児童相談所:049(223)4152 所沢児童相談所:04(2992)4152

熊谷児童相談所:048(521)4152 越谷児童相談所:048(975)4152

草加児童相談所:048(920)4152 朝霞児童相談所:048(465)4152

さいたま市北部児童相談所:048(711)3917 さいたま市南部児童相談所048(711)2489

