

子育てに苦しさを感じている親のための

2019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

(日曜日)10:00~12:00	プログラムの内容
	<事前面接>
2019年 9月 22日(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 29日(日)	2 安心な出会いの場：私の木、I メッセージ
10月 6日(日)	3 わたしのエンパワメント
10月 20日(日)	4 怒りの仮面
10月 27日(日)	5 感情制御
11月 10日(日)	6 体罰の6つの問題
	<中間面接>
11月 17日(日)	7 気持ちを聴く
11月 24日(日)	8 気持ちを語る
12月 1日(日)	9 自己肯定感：否定的ひとり言の掃除
12月 15日(日)	10 自分をほめる、子どもをほめる
12月 22日(日)	11 母親らしさ 父親らしさ(母親グループバージョン)
1月 12日(日)	12 もっと楽なしつけの方法
1月 19日(日)	13 MY TREE セレブレーション
	<終了時面接>
2020年 3月 22日(日)	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 宮崎市内中心部(参加される方にお知らせします)

申込方法 FAX または留守電へのメッセージで、お名前・連絡先をお知らせください。
折り返し連絡します。



MY TREE ペアレンツ・プログラム 専門スタッフがプログラムの実施を担当します。

申し込み・問い合わせ先 : マイツリーみやざき

TEL/FAX 0985-58-1808 (西川) Facebook マイツリーみやざき

主催 : 一般社団法人 MY TREE 共催・実施 : マイツリーみやざき

※ この事業は、「認定NPO法人 Living in Peace こどもプロジェクト」により実施されます