

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

日程（毎週金曜日） 10:00～12:30		プログラムの内容
＜事前面接＞		
2019年	6月 28日（金）	1 安心な出会いの場：目的、約束事、瞑想・ボディワーク
	7月 5日（金）	2 安心な出会いの場：私の木、I メッセージ
	7月 12日（金）	3 わたしのエンパワメント
	7月 26日（金）	4 怒りの仮面
	8月 2日（金）	5 感情制御
	8月 9日（金）	6 体罰の6つの問題
	8月 23日（金）	＜中間面接＞
	8月 30日（金）	7 気持ちを聴く
	9月 6日（金）	8 気持ちを語る
	9月 13日（金）	9 自己肯定感：否定的ひとり言の掃除
	9月 27日（金）	10 自分をほめる、子どもをほめる
	10月 4日（金）	11 母親らしさ 父親らしさ（母親グループバージョン）
	10月 11日（金）	12 もっと楽しつけの方法
	10月 25日（金）	13 MY TREE セレブレーション
	11月 1日（金）	＜終了時面接＞
2020年	1月 31日（金）	同窓会①
	3月 27日（金）	同窓会②

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：富田林市立人権文化センター（近鉄長野線「富田林」駅から徒歩5分）

申込方法：電話またはFAXにて下記へお申し込み下さい。

住所、氏名、電話番号、保育の利用の有無をお伝え下さい。

後日、電話にてMY TREEのスタッフより連絡致します。

（プログラムの実施は、MY TREEペアレンツ・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：

一般社団法人富田林市人権協議会 電話 0721-24-3700 FAX0721-25-5952

この事業は、富田林市より一般社団法人富田林市人権協議会が事業委託を受けて実施します。

