

子育てに苦しさを感じている親のための

2020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」「このままではどうに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

(毎週月曜日)10:00~12:00			プログラムの内容
8/24・8/28・9/4			<事前面接>
2020年	9月	7日	1 安心な出会いの場：目的、約束事、瞑想ワーク
		14日	2 安心な出会いの場：わたしの木
		28日	3 わたしのエンパワメント
	10月	5日	4 怒りの仮面
		12日	5 感情コントロールの方法
		19日	6 体罰の6つの問題
		26日	<中間面接>
	11月	2日	7 気持ちを聴く
		9日	8 気持ちを語る
		16日	9 自己肯定感：否定的ひとり言の掃除
		30日	10 自分をほめる、子どもをほめる
	12月	7日	11 母親らしさ？ 父親らしさ？ 自分らしさ
		14日	12 もっと楽なしつけの方法
		21日	13 MY TREE
		28日 他	<終了時面接>
2021年	3月	22日	同窓会①
	6月	21日	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。

