

2022年度

子育てに苦しさを感じている親のための

母親

MY TREE ペアレンツ・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)10:00~12:00	プログラムの内容
2022年 8月2日(火)・3日(水)	<事前面接> 個人面接
2022年 9月 6日(火)	1. 安心な出会いの場: 目的、約束事、瞑想ボディワーク
2022年 9月 13日(火)	2. 安心な出会いの場: わたしの木(止観瞑想)
2022年 9月 20日(火)	3. わたしのエンパワメント
2022年 9月 27日(火)	4. 怒りの仮面
2022年 10月 4日(火)	5. 「死の危険」ワーク→感情のコントロール
2022年 10月 11日(火)	6. 体罰の6つの問題
2022年 10月 18日(火)	<中間面接> 個人面接
2022年 10月 25日(火)	7. 気持ちを聴く
2022年 11月 1日(火)	8. 気持ちを語る I メッセージ
2022年 11月 8日(火)	9. 自己肯定感: 否定的ひとり言の掃除
2022年 11月 15日(火)	10. 自分をほめる、子どもをほめる
2022年 11月 22日(火)	11. 母親らしさ? 父親らしさ? 自分らしさ
2022年 11月 29日(火)	12. 体罰に代わる10のしつけの方法 宣言
2022年 12月 6日(火)	13. MY TREE 終了のセレモニー
2022年 12月 13日(火)	<終了時面接> 個人面接
2023年 3月 7日(火)	<同窓会>

募集人数 : 10名程度

対象者 : 市内在住で子育てに苦しさを感じている女性、全日程(プログラム17回)に参加できる方
※問い合わせの結果、本プログラム対象者とならない場合があります。

参加費 : 無料

保育 : 無料(事前申込み制)

場所 : 尼崎市子どもの育ち支援センター いくしあ (尼崎市若王寺2-18-6)

申込方法 : 下記問い合わせ先へご連絡ください。(ファックス、メールの方は名前と日中連絡の取れる電話番号をお書きください。)

申込期間 : 令和4年6月13日(月)午前9時~令和4年8月15日(月)午後5時

問合せ先 : 社会福祉法人 尼崎市社会福祉協議会

電話 06-6489-3067 ファックス 06-6489-3526

メール kosodate@amasyakyo.jp

※ この事業は、尼崎市社会福祉協議会が尼崎市より事業委託を受けて実施します。
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。



【主催 尼崎市子どもの育ち支援センター】