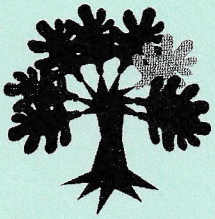
子育てに苦しさを感じている親のための

2021年度

MY TREE ペアレンツ・プログラム

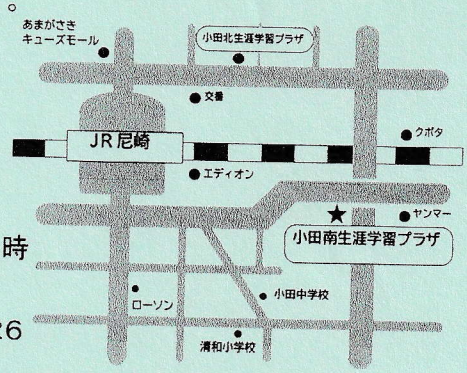


「子育てにしんどさを感じている」「気がつけば子どもをたたいている」
「子どもを無視してしまう」「このままではどうなってしまうのかとても不安」
そんなあなたを大切にするプログラムです。少人数での語り合いを中心とした、
支え合いのグループです。
参加者の秘密は厳守されます。安心してご参加ください。 お待ちしています

☆ 日程・内容

(毎週火曜日)10:00～12:00	プログラムの内容
2021年 8月 2日(月)・3日(火)	＜事前面接＞ 個人面接
2021年 9月 7日(火)	1 安心な出会いの場:目的、約束事、瞑想ワーク
2021年 9月 14日(火)	2 安心な出会いの場:わたしの木
2021年 9月 21日(火)	3 わたしのエンパワメント
2021年 9月 28日(火)	4 怒りの仮面
2021年 10月 5日(火)	5 感情コントロールの方法
2021年 10月 12日(火)	6 体罰の6つの問題
2021年 10月 19日(火)	＜中間面接＞ 個人面接
2021年 10月 26日(火)	7 気持ちを聴く
2021年 11月 2日(火)	8 気持ちを語る
2021年 11月 9日(火)	9 自己肯定感:否定的ひとり言の掃除
2021年 11月 16日(火)	10 自分をほめる、子どもをほめる
2021年 11月 30日(火)	11 母親らしさ? 父親らしさ? 自分らしさ
2021年 12月 7日(火)	12 もっと楽なしつけの方法
2021年 12月 14日(火)	13 MY TREE
2021年 12月 21日(火)	＜終了時面接＞ 個人面接
2022年 3月 8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 : 小田南生涯学習プラザ(尼崎市長洲中通1丁目6番10号)
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3年6月10日(木)午前9時～令和3年7月16日(金)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.ne.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】