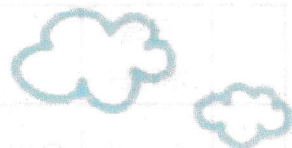


# DVにあった女性のための

# 気づきと回復の講座&語り合い



夫が怖い、もしかしてDV?と置いていても、誰にも言えずに我慢している女性は、たくさんいます。夫とのやりとりで混乱している、夫と離れた今も影響が残っている、DV(身体的暴力・モラハラ)についてもっと情報を知りたいなど、ひとりではなかなか向き合えないことも、他の人と一緒なら取り組むことができます。安心できる感覚とあなたらしさを取り戻す、第一歩を踏みだしましょう。

一回だけの参加も可

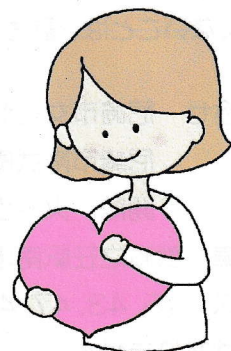
5月17日 ~ 12月20日 全15回

第1・3水曜日 10:00 ~ 12:00

- 場 所 尼崎市女性センター・トレピエ
- ファシリテーター NPO 法人フェミニストカウンセリング神戸スタッフ  
(NPO法人レジリエンス ファシリテーター養成講座修了者)
- 対 象 DV(夫や恋人からの身体的暴力や精神的暴力)にあった女性
- 定 員 講座 20人  
語り合い 10人(最少催行人数3人)
- 参加費 無料(お茶・アメ等が必要な方は各自ご持参ください)
- 託 児 10人 無料 要予約(1歳以上未就学児)※1歳未満の講座同席はできません
- 申 込 み 4月5日(水)午前9時から電話または、来館で  
講座・語り合い 1回単位でお申し込みください  
尼崎市女性センターまで  
TEL 06-6436-6331
- 内 容 裏面をご覧ください



託児無料  
要予約



\*警報等、やむを得ない事情によるセミナーの開催の中止や延期の際は、当センターのホームページでお知らせします

\*あま咲きコイン事業SDGsポイント付与対象です。事前にアプリ(chiica)のダウンロード、またはカードをご準備ください。



## 日程・内容

	日時 水曜日	テーマ	内容
1	5/17	DV・トラウマを理解する	DVのしくみと暴力による傷つきを知り、回復への道を歩き始めよう
2	6/7	「世間の枠」と私らしさ	「いい妻」にならなければと頑張るほど、見えなくなっていく「私らしさ」
3	6/21	身体的暴力・性暴力	あなたが悪いから殴られるのではありません
4	7/5	語り合い	※
5	7/19	精神的暴力・モラルハラスメント	言葉や態度で人を傷つけることも暴力、無視も暴力です
6	8/2	トラウマに対応するツール	深い傷つきを知り、自分へのケアを学ぼう
7	8/16	傷つきによる喪失とグリーフ	グリーフワーク=悲しみを抱えやすくするために
8	9/6	語り合い	※
9	9/20	境界線	人との関係の中で、自分と相手も守るために必要なこと
10	10/4	コミュニケーション	自分を大切にするコミュニケーションを学ぼう
11	10/18	育った環境・子どもへの暴力の影響	育った環境から、自分が自由になるために、子どもを守るために
12	11/1	語り合い	※
13	11/15	Bさん（加害者）とは	Bさん（加害者）の特徴を知り、混乱や罪悪感を減らそう
14	12/6	パートナーシップ	パートナーとの、健全な関係を知ろう
15	12/20	私を大切にする自尊心	暴力を受けてもいい人なんかいない 世界でただ一人の大切な「わたし」

※語り合いでは、ファシリテーターを中心に、講座を受講して、感じたことや気づいたことを語り合います。  
話したくないことは、話さなくても大丈夫です。

### ■お問い合わせ 尼崎市女性センター・トレピエ

尼崎市南武庫之荘 3-36-1 TEL 06-6436-6331

開館 火～土曜日 9～21時 日曜日 9～17時

●阪急電車 武庫之荘駅南出口から南へ 200m 交差点「女性センター前」角

●阪神バス 15、43、47、49、55、AD1 番「北図書館」から北へ 80m

●駐車場はありません

●女性センターは全館禁煙です

