子育てに苦しさを感じている親のための

２０２２年度　　　　　MY TREE ペアレンツ・プログラム®

子育てがつらい。

子どもに暴言、暴力、無視を繰り返してしまう。

体罰以外のしつけの方法がわからない。

自分を変えて、あたたかい家庭を作りたい。

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｡　お待ちしています｡





**☆　日程・内容**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **10：00～12：00** | | **プログラムの内容** |
| 2022年5月20日（金）・5月27日(金) | | ＜事前面接＞ |
| １ | 6月　3日　（金） | １ 安心な出会いの場：目的、約束事、瞑想ワーク |
| ２ | 6月10日　(金) | ２ 安心な出会いの場：わたしの木 |
| ３ | 6月17日　(金) | ３ わたしのエンパワメント |
| ４ | 6月24日　(金) | ４ 怒りの仮面 |
| ５ | 7月　1日　(金) | ５ 感情コントロール |
| ６ | 7月　8日　(金) | ６ 体罰の6つの問題 |
|  | 7月15日　(金) | ＜中間面接＞ |
| ７ | 7月22日　(金) | ７ 気持ちを聴く |
| ８ | 7月29日　(金) | ８ 気持ちを語る |
| ９ | 8月　5日　(金) | ９ 自己肯定感:否定的ひとり言の掃除 |
| 10 | 8月　9日　(火) | 10 自分をほめる、子どもをほめる |
| １１ | 8月19日　(金) | 11 母親らしさ？　父親らしさ？　自分らしさ |
| １２ | 8月26日　(金) | 12 もっと楽なしつけの方法 |
| １３ | 9月　2日　(金) | 13 MY TREE |
|  | 9月　9日　(金) | ＜終了時面接＞ |
|  | 12月13日　（火） | 同窓会 |
| 募集人数　：　女性1０名  参加費　：　無料  保育　：　無料（事前申込みが必要です）  場所　：　京都府亀岡総合庁舎  （亀岡市荒塚町1-4-1） JR亀岡駅から徒歩20分  申込方法　：５月１６日（月）までに、  ①関連機関からの申し込み。  ②当事者からの直接申し込み。  申し込み・問い合わせ先　：  京都府家庭支援総合センター  相談・判定課 寄り添い支援チーム  ＴＥＬ 075－531－9650  （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） | | | |