

心 理 教 育

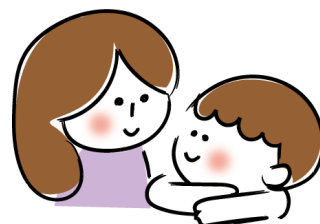
プ ロ グ ラ ム



びーらぶ



DV被害を受けた女性と
こどものための



今の自分を
好きになる

グループワーク
話し合いで
自己肯定感UP

心理教育

どんな気持ちも大切
怒りを感じた時
暴力ではない
方法を考えてみる

安心・安全な
関係

こどもへの適切な
対応を学び
安心な親子関係に

心理教育プログラム「びーらぶ」とは



- 「びーらぶ」は、DV（家庭の中での暴力）でつらい思いをした母親とこどものためのプログラムです
- 「自分は大切にされるべき存在なんだ」と感じられるようになることを目指しています

①低学年コース

対象：小学校低学年のお子さんとその母親
定員：8組（1.2.3年生）

日時：13:00～15:00（120分・各日）

説明会：8月17日（日）

第1回：9月7日（日）

第2回：9月14日（日）

第3回：9月21日（日）

第4回：10月5日（日）

第5回：11月9日（日）

②就学前コース

対象：年中・年長のお子さんとその母親
定員：6組

日時：13:00～14:30（90分・各日）

説明会：10月19日（日）

第1回：11月2日（日）

第2回：11月16日（日）

第3回：11月23日（日）

第4回：11月30日（日）

第5回：12月21日（日）

会場：さいたま市内 申し込んだ方にお知らせします

参加費：無料 会場までの交通費はご負担ください

託児：あり（無料 詳細はお問い合わせください）

※お申し込み受付は先着順とし、定員になり次第、締め切ります

☆びーらぶプログラムの詳細、お問い合わせ、参加申込はこちらから →



びーらぶプログラム 5回コース概要

びーらぶって どんなことをするの？

- ・ 母親とこどもは、それぞれ
同じテーマを学びます
- ・ 母親は、同じ経験をした仲間とつながり
グループで話し合いながら
こどもとの関わり方や
自分の気持ちの整え方を学びます
- ・ こどもは、パペットショーや絵本で
安心できる関係の作り方を学びます

○説明会 「インタビュー」

プログラムの目的、内容について知る

○第1回 「みなさんようこそ」

プログラムの全体確認と顔合わせ プログラムの目的を知る

○第2回 「暴力とその影響」

人権を学び、暴力やその影響を知る
怒りを感じたとき暴力を選ばないことを考える

○第3回 「安全計画」

自分を守る事、守ってもいいことを学ぶ
安全・安心を感じ、自分を守る為の安全計画を立てる

○第4回 「みんな違ってみんないい」

ジェンダーバイアスと家族幻想、偏見について考える
多様性、他人と違っていいということを知る

○第5回 「だいいいな私」

お互いに尊重しあい、対等な話し合いで問題を解決することを学ぶ
仲間とのつながりを感じ、肯定的なメッセージのシャワーを浴びる

自分を大切にすること それは安心な未来への一步

- ・ あなたは愛される存在です
暴力を受けていい人なんて
ひとりもいません
- ・ どんな気持ちも
話していいんだよ
あなたの話を聞きたいと
思っているひとがいます

こんな人におすすめです

- ・ DVの影響で、不安や自信のなさを
感じている方
- ・ こどもとの関係に悩んでいる方
- ・ 同じような経験をした人と
出会いたい方

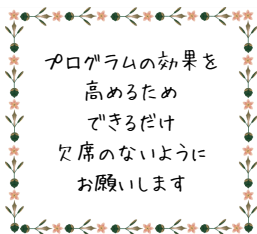
こころを
元気に！

そのままの存在を認められることは
こどもの自己肯定感の回復に
とても重要です
びーらぶは、それを丁寧に
育む場です



☆びーらぶプログラム参加の前に ご確認ください

- ・ 加害者から離れ、安全な状況ですか
- ・ 離婚が成立している、または元に戻らない気持ちでいますか
- ・ 治療中またはカウンセリング中のかたは、医師・カウンセラーの了解をとってください
- ・ プログラムに参加できるお子様はお1人です
- ・ ごきょうだいがいる場合は託児があります(小学生も可)
- ・ 原則、埼玉県在住・在勤の方のご参加を優先しています



主催: 彩の国 埼玉県 埼玉県マスコット「コバトン」「さいたまっちゃん」 埼玉県

受託団体: 特定非営利活動法人パープルネットさいたま
URL: <https://purple-net.jimdofree.com/>
メール: purple.kouza@gmail.com



☆びーらぶプログラムの詳細、お問い合わせ、参加申込はこちらから →

