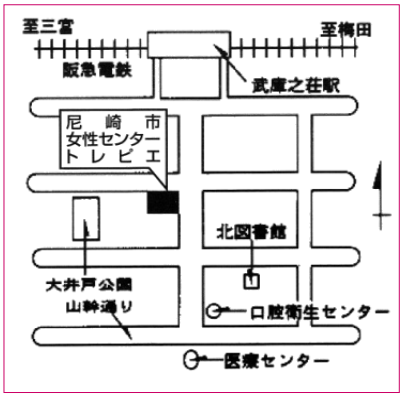
平成 27 年度　尼崎市女性センター・トレピエ　男女共同参画セミナー・講座

ＤＶ被害に遭った女性のための
気づきと回復の講座

どんな暴力でも 心は傷つきます
安全な場所で テーマごとのワークを通して、
自分の心とからだに起こったことを ふりかえり
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せんか
ファシリテーターがお手伝いします

2015 年４月 10 日～９月 25 日第２・４金曜日 10:00～12:00

	日時	テーマ・内容	
1	4/10（金）	**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	4/24（金）	**「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	5/ 8（金）	**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	5/22（金）	**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
5	6/12（金）	**トラウマに対応するツール**	深い傷つきによる苦しさを、少しでも楽にするためにできること
6	6/26（金）	**傷つきによる喪失とグリーフ**	ＤＶによって失ったものに気づき悲しむ
7	7/10（金）	**境界線**	人との関係の中で、自分を守るために必要なこと
8	7/24（金）	**コミュニケーション**	さまざまなコミュニケーションのパターンを学ぼう
9	8/ 7（金）	**パートナーシップ**	パートナーとの、健全な関係を知ろう
10	8/28（金）	**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
11	9/11（金）	**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、子ども守るために
12	9/25（金）	**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」

■ 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（夫や恋人からの暴力）被害に遭った女性
　（精神的暴力も含む）
■ 定員　　20 人（最少催行人数４人）１回ごとの参加も可
■ 資料代　　１回　500 円（お茶・お菓子付き）
■ 一時保育　12 人（要予約）　無料（１歳以上未就学児）
■ 申込み　　３月５日（木）午前９時より電話または、来館で
　女性センターまで　TEL　06-6436-6331
■お問い合せ 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

●阪急電車　武庫之荘駅南へ
200m交差点「女性センター前」の角
●市バス 15、43、43-2、47、47-2、
49 番「北図書館前」北へ 80m