

DV被害に遭った女性のための 気づきと回復の講座&語り合い

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 振り返り

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

2016年5月13日～12月9日第2・4金曜日 10:00～12:00

	日時	テーマ・内容	
1	5/13 (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	5/27 (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	6/10 (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	6/24 (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	7/ 8 (金)	語り合い ※無料	
6	7/22 (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
7	8/ 5 (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
8	8/26 (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
9	9/ 9 (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
10	9/23 (金)	語り合い ※無料	
11	10/14 (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
12	10/28 (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
13	11/11 (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、子どもを守るために
14	11/25 (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」
15	12/ 9 (金)	語り合い ※無料	

■ 場所 尼崎市女性センター・トレビエ

■ 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 講座 20人（最少催行人数4人）1回ごとの参加も可
語り合い 10人

■ 資料代 講座 1回500円（お茶・お菓子付き）、※語り合いは無料

■ 一時保育 12人（要予約）無料（1歳以上未就学児）

■ 申込み 4月5日（火）午前9時より電話または、来館まで
女性センターまで TEL 06-6436-6331

■ お問い合わせ

尼崎市女性センター・トレビエ
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

