

暴力被害を受けた女性の為の

びーらぶ エンパワメントプログラム

構造的なプログラムの中で、安心、安全を感じ、DV・性暴力など暴力について正しい情報を提供し、暴力によらない解決方法のスキルを身に着けます。自尊心を回復し、被害者自身が持っている力を再確認していくことを目的としている講座です。

☆プログラムの中では、主にパートナーによるDVについて取り扱います

★12回のプログラムに参加し、学ぶことで、プログラムの効果が高まります

回	日時	テーマ（目的）
第1回	令和6年5月25日(土)	オリエンテーション:みなさんようこそ (プログラムの概念・目的を知る)
第2回	令和6年6月8日(土)	安全・安心 (安全・安心を感じる)
第3回	令和6年7月15日(月祝)	暴力の構造 (暴力について考える)
第4回	令和6年8月12日(月祝)	怒りを感じた時どうする? (怒りと暴力、怒りの感情の意味を学ぶ)
第5回	令和6年9月16日(月祝)	境界線と安全計画 (境界線を学び、安全計画を立てる)
第6回	令和6年10月12日(土)	どうする、困ったとき (葛藤解決する方法を身につける)
第7回	令和6年11月2日(土)	DV・虐待の影響 (DV・虐待の影響について学ぶ)
第8回	令和6年11月23日(土)	自分の感情を表現する (自分の感情を表現する言葉や方法を知る)
第9回	令和6年12月14日(土)	いろいろな家族 (多様性と家族幻想について学ぶ)
第10回	令和7年1月11日(土)	対等な話し合い (対等とシェアについて学ぶ)
第11回	令和7年1月25日(土)	だいじな私 (セルフケアと自尊心の回復)
第12回	令和7年2月24日(月祝)	フォローアップ:今、これから (新たな一歩を踏み出す)

☆このプログラムはNPO法人女性ネットsaya-sayaが開発した心理教育プログラムです。
体系的にDVや児童虐待をはじめとした暴力の問題や、支援について学んだびーらぶインストラクターが行います。

※プログラム参加前に、個別にお話しをする時間を設けています。

※参加当日は新型コロナウイルス感染防止の為、体温・体調等の確認、マスクの着用をお願いすることがあります。

会場 :さいたま市(申し込んだ方に場所をお知らせします)

定員 :8名 ※先着順で受付

対象 :DV等の暴力被害にあった女性

治療中、またはカウンセリング中の方は医師、カウンセラーの了解をとってください

参加費:3,000円(全12回分参加費。参加した回の資料、お茶、お菓子代含む)
1回500円で参加も可(ご相談ください)

主催・企画 :NPO法人C.C.スペース

申込・問合せ先:特定非営利活動法人パープルネットさいたま

電話 048-858-5082

E-mail purple.kouza@gmail.com

HP <https://purple-net.jimdo.com/>

