

「かんがる一む」とは



子育ての中でのいろいろな気持ちを
ゆっくり語り合う
お母さんたちの会です

子どものこと
自分のこと
夫や家族のこと…

何を話してもかまいませんが
2つだけ約束があります

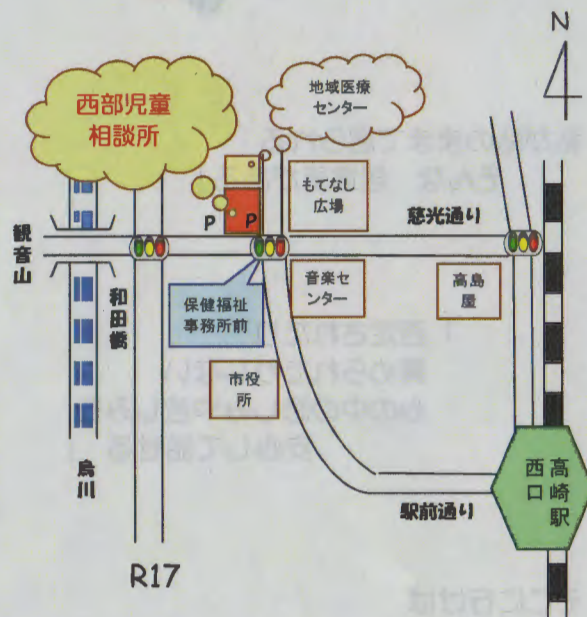
「ほかの人の批判をしない」
「その場の話しは外部に漏らさない」

グループには、相談員が進行役として
参加し、サポートにあたります
お子さん連れでも大丈夫です



かんがる一むに参加したい方
もう少し詳しく知りたい方
お電話ください

西部児童相談所 案内図



西部児童相談所 高崎市高松町6

TEL : 027-322-2498



ひとりで 悩まないで…

『かんがる一む』への おさそい



いつ 毎月第2火曜日
午前10時~11時30分

どこで 西部児童相談所
(027-322-2498)

はなして

みませんか

イライラや怒りを
子どもにぶつけてしまう

無視してしまう

子どもがかわいく思えない

子ども時代の経験が思い出されて
子育てがつらくなる

不安・孤立・罪悪感・怒り
自責の念や、寂しさ・・・



誰にも言えなかった
そんな思いを



「私が私のままで居られる
そんな 居場所がある」

「否定されたり
責められたりしない
心の中の悲しみや苦しみを
安心して話せる」

「そこに行けば
同じように悩んでいる
仲間の
顔がある」



(お母さんたちの感想から)

ひとりで

抱え込まないで

子ども時代のつらかったこと
父母とのこと

今までの体験や気持ちを
言葉に出して語りませんか

仲間の言葉に
耳を傾けませんか

そんな体験をするところが

「かんがるーむ」です

