



[공통부모교육]

"MODULE2 -엄마라는 무거운 짐"

양육스트레스관리 부모교육은 영유아 부모들이 겪고 있는 **현실적인 양육스트레스**를 점검해보고 집단 상담 기법을 활용하여 마음을 다독이고 어려움을 해결할 수 있도록 지원하는 부모교육이며, 그 첫번째 MODULE2- 『**엄마라는 무거운 짐**』은 현대사회의 높은 기준에 따라 양육과 부모라는 면에서 강박적인 완벽성을 추구하려는 부담감에서 비롯된 양육 스트레스를 점검하고, 적절하게 대처할 방법을 교육과 실습을 통해 돕는 집단 상담 프로그램입니다.

- ▶ 대 상 : 울산 동구 거주 영유아 부모 10명
- ▶ 일 시 : [1회기] 2022. 9. 16.(금) 10:00 ~ 12:00
[2회기] 2022. 9. 20.(화) 10:00 ~ 12:00
[3회기] 2022. 9. 26.(월) 10:00 ~ 12:00
※ 3회기 모두 참석하셔야 합니다 ※
- ▶ 장 소 : 울산광역시 육아종합지원센터 2층 세미나실

양육
스트레스관리
부모교육
[모듈2]

- 양육 스타일 점검 및 스트레스 이해하기
- 자녀 및 자기 수용 방해요소 이해하기
- 불안과 함께 살아가기

- ▶ 강 사 : 장태자(US감정코칭센터 센터장)
- ▶ 신청기간 : 2022. 8. 22.(월) ~ 2022. 8. 26.(금)
- ▶ 신청방법 : 울산 동구육아종합지원센터 홈페이지 신청
(<http://www.udsc.or.kr>)
- ▶ 교 육 비 : 무료(교재 및 간식 증정)
- ▶ 문 의 : 보육전문요원 배선영 052-201-0961

