

- 인터넷중독 예방 및 가족 간 소통 개선을 위한 - 『터치&터치 스마트 맘 아카데미』 모집 안내

인터넷·스마트폰의 중독 폐해, 심각한 학교폭력 등 청소년 문제에 대응하여 자녀의 올바른 성장 지원과 부모·자녀 간의 소통 개선을 위해 터치&터치 스마트 맘 아카데미를 운영하오니 관심 있는 분들의 많은 지원 바랍니다.

- 기 간 : 2016년 8월~12월 매월 둘째주 수요일 10시~12시
- 모집기간 : 매월 둘째주 월요일까지
- 대 상 : 유아·초·중·고 자녀가 있는 부모 누구나 참여가능
- 장 소 : JST 제물포스마트타운 12층 인천스마트쉼센터 집단상담실
- 참 가 비 : 무료
- 신청방법 : 전화접수, 장하운 선임상담사 032-725-3231
- 운영프로그램

일 시	목 표	내 용
8월 10일(수) 10:00~12:00	자녀와 행복한 소통하기	부모 자식간에 꼭 말로 해야 하나? 비언어적 메시지를 통한 사랑의 표현을 배울 수 있습니다. 또한 뇌과학을 통해 긍정적언어의 효과를 알 수 있고, 우리 자녀들의 자존감을 높이는 대화법을 알 수 있습니다.
9월 7일(수) 10:00~12:00	스트레스 관리를 통한 학부모 역량 강화	스트레스에 대한 이해와 자기인식을 통해 부모로써 자녀를 양육하면서 경험하게 되는 다양한 스트레스를 감소시키고, 자신의 삶에 대한 긍정적인 시간을 도모합니다.
10월 12일(수) 10:00~12:00	나를 찾아가는 여행	다양한 표현활동(신체, 명상, 미술 등)을 통해 긍정적인 자기탐색 및 수용을 하는 시간을 갖도록 합니다.
11월 9일(수) 10:00~12:00	에니어그램을 활용한 자신과 자녀의 성향 이해하기	나를 이해하고 타인을 이해한다면 삶의 문제와 인간관계의 갈등이 많은 부분 해결될 수 있습니다. 에니어그램의 지혜를 통해 부모와 자녀가 모두 행복할 수 있는 길을 찾고자 합니다.
12월 7일(수) 10:00~12:00	푸드테라피를 통한 부모의 긍정성 회복	친숙한 재료인 음식 재료를 이용하여 자연스럽게 자신을 표현하고 그 과정 속에서 스스로 희망적이고 긍정적인 방향을 찾아 나가는 과정의 「긍정심리학에 기반을 둔 푸드테라피」입니다.

※ 프로그램은 기관의 사정상 변경될 수 있음.