

SDS（ひきこもり・不登校）家族心理教育 実践編 のお知らせ

「ひきこもりは病気ではないので、ほっとけば良い」「そのうち動くだろう」とほっておいても何もおこりません。むしろ、長期化します。ひきこもりは『関係性の病』と言われています。まずは**家族**が社会から孤立することなく、**支援者や家族会とつながり、気持ちが楽になることが大切です**。そして、叱咤激励の圧力や先回りではない、**ポジティブな対応方法を学ぶことで、家族の関係性は必ず変化します**。まずは、家族が一步を踏み出し、共に学びましょう。

☆SDS 家族心理教育の参加対象者

1. SDS の子どもを持つ親、または兄弟・姉妹など。（身近な支援者）
2. SDS 予備軍（不登校、長期休職中など）の方の親も含みます。
3. **原則として、ひきこもり家族心理教育・基礎編（6回プログラム）修了者。**



※相談時期によっては、先に実践編に参加していただきますが、必ず基礎編を受講してください。

4. 陽の杜（SDS 家族会）の会員。

NPO 法人ふらっとコミュニティ賛助会費 4,000 円、家族会費 1,000 円、合計 5,000 円／年

5. 精神科受診の経験がない方、すでに診断がついている方（統合失調症、気分障害、自閉症スペクトラム障害など）、どちらも参加は可能です。

日程予定表 （変更する場合がありますので事前にご連絡ください）

	火曜 G	木曜 G	土曜 G	日曜 G	夜 G
時 間	9 : 30 ~ 11 : 30		10 : 00 ~ 12 : 00		18 : 30 ~ 20 : 30
2022 年 4 月	5 日	7 日	16 日	17 日	21 日
5 月	10 日	12 日	21 日	15 日	26 日
6 月	14 日	16 日	25 日	12 日	30 日
7 月	12 日	14 日	23 日	10 日	28 日
8 月	16 日	18 日	27 日	7 日	25 日
9 月	13 日	15 日	24 日	4 日	22 日
10 月	11 日	13 日	22 日	2 日	20 日
11 月	8 日	10 日	26 日	6 日	17 日
12 月	13 日	8 日	24 日	4 日	22 日
2023 年 1 月	10 日	5 日	21 日	8 日	19 日
2 月	14 日	9 日	25 日	12 日	16 日
3 月	14 日	9 日	25 日	12 日	16 日

☆場所：火・木・夜・土グループ

ひだまり（宇部市海南町 2-58-1 3 階）

日曜グループ

ひより（山口市小郡船倉町 3 番 11 号）

問い合わせ・申し込み

NPO 法人 ふらっとコミュニティ ひだまり

TEL & FAX 0836-21-1552（月～金）9 : 00 ~ 17 : 00

E-mail : f-hidamari@juno.ocn.ne.jp 担当：（森坂 杉野 空野 近藤）