

SDS (ひきこもり・不登校) 家族心理教育 実践編 1回/月のお知らせ

「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。

☆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 予備群 (不登校、職を転々とする、長期休職中など) の方の親も含まれます。
3. 精神科受診の経験がない方、通院中で、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。
4. 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。

本年度後期は、10月30日～11月2日に開催する予定です。

5. 陽の杜 (SDS 家族会) の会員になっていただきます。

NPO 法人ふらっとコミュニティ賛助会費 4,000 円、家族会費3,000 円、合計7,000 円/年

2025 年度 後期日程予定表 (変更する場合がありますので事前にご連絡ください)

| 会場 | ひだまり | | | | ひより | | ひなた |
|------|--------|-------|------|---------|--------|---------|---------|
| | 火曜 G | 木曜 G | 土曜 G | 夜 G | 日曜 AM | PM | |
| 開始時間 | 9 : 30 | | | 18 : 30 | 9 : 30 | 13 : 00 | 10 : 00 |
| 10月 | 14日 | 2日 | 18日 | 23日 | 19日 | | 3日 |
| 11月 | 11日 | 10/30 | 15日 | 27日 | 9日 | | 7日 |
| 12月 | 9日 | 11日 | 13日 | 25日 | 14日 | | 5日 |
| 1月 | 6日 | 15日 | 17日 | 22日 | 18日 | | 9日 |
| 2月 | 3日 | 12日 | 7日 | 19日 | 8日 | | 6日 |
| 3月 | 3日 | 12日 | 7日 | 19日 | 8日 | | 6日 |

☆会場☆ 問い合わせ・申込みは各会場にお問い合わせください。

NPO 法人ふらっとコミュニティ

火曜・木曜・土曜・夜グループ **ひだまり** (宇部市海南町 2 番 58-1 号)

TEL:0836-21-1552 (月～金) 9:00～17:00

E-mail:f-hidamari@juno.ocn.ne.jp

日曜 (AM・PM) グループ **ひより** (山口市小郡船倉町 3 番 11 号)

TEL 083-902-5980 (月～金) 9:00～17:00

金曜グループ **ひなた** (周南市糞町二丁目 26 番地)

TEL 0834-33-8099 (月～金) 10:00～16:00