

令和3年度 ひきこもりを支える家族教室 プログラム内容

	日 程	テーマ	内 容
第1回	5月25日(火) 6月 4日(金)	◇オリエンテーション ◇ひきこもりの基本的知識を学ぶ	・今年度の家族教室についてご説明します。 ・ひきこもりの基本的知識について学びましょう。
第2回	6月22日(火) 7月 2日(金)	◇精神科医療について	精神科病院の精神保健福祉相談員から精神科医療の実際、受診後・入院後の支援について学びましょう。
第3回	7月27日(火) 8月 6日(金)	◇家族って何??その1【新設】	ひきこもり当事者の親として、また支援者として活動されている方のお話を聞き、当事者との向き合い方を一緒に考えましょう。
第4回	8月31日(火) 9月 3日(金)	◇家族って何??その2【新設】	ひきこもり当事者と家族の関係性を見つめ、ひきこもり状態にある本人にどう接したらよいか、一緒に考えましょう。
第5回	9月28日(火) 10月1日(金)	◇アンダーコントロール<基礎編> 【新設】	怒りのメカニズムを知り、怒りの感情をコントロールする方法を学んでいきましょう。
第6回	10月26日(火) 11月 5日(金)	◇本人の体験談	ひきこもりを体験した本人のお話を聞くことを通して、ひきこもりについての理解を深めましょう。
第7回	11月16日(火) 12月 3日(金)	◇支援事例の紹介(1) ～相談から支援まで～	具体的な支援事を通して、ご家族、当事者への支援方法について考えてみましょう。
第8回	12月14日(火) 17日(金)	◇支援事例の紹介(2) ～社会資源の活用方法～	支援事例を通して、社会資源の利用について考えてみましょう。
第9回	1月25日(火) 28日(金)	◇発達障害について	ひきこもりと関係の深い発達障害について学びましょう。
第10回	2月22日(火) 25日(金)	◇振り返り、まとめ	今年度の家族教室の内容について振り返り、まとめをしましょう。

○会場…京都府家庭支援総合センター（京都市東山区清水四丁目185番地1）／会議室等

○時間…午後1時30分～3時15分（前半：話題提供 / 後半：交流会）

☆☆参加された家族の感想（過去のアンケートより）☆☆

- ◇この問題を抱えているのは自分の家庭だけじゃないとわかった。
- ◇同じ悩みを持つ親同士で話せてホッとした。
- ◇ひきこもり問題に関わるいろいろな情報を得ることができた。
- ◇家では話せないことも、ここではみんなに聞いてもらえるので、毎回楽しみにしている。



参加家族同士の交流を中心とした家族の集いの場を設けています。「他の家族の話を知りたいけど、自分から話すのはちょっと…」という方も歓迎しています。

是非お気軽にご参加ください。充実した時間になるよう、皆様と一緒に取り組んでいきたいと思っております。