

ひきこもり状態のお子さんをもつ

家族向けプログラム

MINATO 湊 ～家族の心が元気になれる場をめざして～

「なぜひきこもりに」、「この先どうなるのか」と心配になりながら、ひきこもり状態にあるお子さんへの「声かけや接し方がわからない」などの不安や悩みを家族だけで抱えておられませんか。

「家族の気持ちの安定が、本人の気持ちにも影響を与え、本人の状態がよくなる」という研究結果もあります。このプログラムでは、ひきこもりに関する正しい知識やちょっとした声かけの工夫などを学ぶことにより、家族自身がゆとりを持ち、本人との関係性が少しずつ変化していくことを目指しています。

スケジュール 13:30～15:30

(※いずれもこの時間帯です)

第1回	7/24 (木)	ガイダンス ひきこもりを理解する
第2回	8/28 (木)	安心感を育てる
第3回	9/25 (木)	先まわりをやめ子どもと向き合う
第4回	10/23 (木)	対話のできる関係づくり
第5回	11/27 (木)	自分の感情に目を向ける
第6回	12/25 (木)	ふりかえり あなたの人生も大切に

場所

東広島市市民文化センター
研修室3 (2階)

定員 6名

申し込みはメールにて
先着順とさせていただきます

対象

市内に在住のひきこもり状態にある10代 (中学卒業後)
～20代の子どもと同居する親
*原則すべての回に参加できる人

講師 公認心理師

土居和子さん・生田麻衣さん

参加費 無料

*プログラムを円滑に進めるために、事前にご家族の状況など個別にお話を伺う時間を設けさせていただきます (60分程度)

●お問い合わせ: 東広島市地域共生推進課 TEL: 082-493-5621

●申込み方法: メールで申込

(件名「家族向けプログラム参加希望」として、①参加される方のお名前

②電話番号 ③住所 ④お子さんの年齢を明記してください)

●申込先メールアドレス: hottoken.st@city.higashihiroshima.lg.jp

