統合失調症の当事者を持つ「きょうだい」対象

家族による家族学習会

～2016 年度参加者「きょうだい」を募集します～

家族による家族学習会とは、統合失調症等の精神疾患を患った人の家族を「参加者」として迎え、同じ立場の家族が「担当者」として、チームで運営・実施するピアサポート・プログラムです。「きょうだい」を対象とした学習会は 2012 年よりスタートし、今年で 5 年目を迎えます。テキストのテーマに沿って病気の詳細を学びながら、正しい知識の習得とともに、きょうだいとしての体験を同じきょうだい同士で語り合い・共有できる場を提供します。

初めて参加される方々が安心して参加、支え合いの場をもてるように、過去に同プログラムを受講・学習会研修会を修了した「担当者」がお手伝いします。――きょうだいのこと、話しませんか？

	日程	時間	テーマ
第1回	9 月 17 日（土）	16:00-19:00	統合失調症について
第2回	10 月 15 日（土）	16:00-19:00	急性期・治療・薬物療法
第3回	11 月 12 日（土）	16:00-19:00	病気のプロセスについて
第4回	2 月 18 日（土）	16:00-19:00	社会資源について
第5回	3 月 11 日（土）	16:00-19:00	ご家族自身が元気を保つために

※上記テーマのほかに、多くのきょうだいが抱えているであろうテーマ（「親への思い」「恋愛・結婚」「友人・親戚・周囲との関係」「親なき後、将来」など）についても時間を設ける予定です。

●参加できる方　統合失調症の当事者をもつ「きょうだい」（主に 20 代～40 代の方々が中心となりますので、ご了承ください）

参加者の声

・はじめて安心して自分の気持ちを話すことができた。（30 代・女性）

・同世代同士で語り合えたのがよかった。（20 代・女性）

・テーマごとに学べたので自分の悩んでいることが明確になった。（40 代・男性）

・親にも言えなかったことを分かってもらえた。（30 代・女性）

・当事者である弟との関係性がよくなった。（30 代・男性）

●会場　地域交流室エルブ
あおばケアセンター1F
（杉並区天沼 3－26－25 荻窪駅徒歩5分）

●参加費　各回 300 円（初回のみ、追加でテキスト代 822 円がかかります）
テキスト：統合失調症を知る家族心理教育テキスト家族版「じょうずな対処・今日から明日へ」（地域精神保健福祉機構コンボ）

●募集人数　10 名程度（希望者多数の場合は参加できないことがあります）

●申し込み・お問合せ先　kyodai.gakusyukai@gmail.com　（きょうだい家族学習会担当者宛）
（メールにて参加申込書をお送りいたします。まずはお気軽にお問合せください）

申し込み締め切り　9 月 11 日（日）

共催：杉並家族会、NPO 法人あおば福祉会、東京兄弟姉妹の会
千葉兄弟姉妹の会、公益社団法人全国精神保健福祉会連合会（みんなねっと）
後援：認定 NPO 法人地域精神保健福祉機構コンボ