

★家族による家族学習会について★



★家族による家族学習会って？

精神疾患を患った家族を「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、小グループで行う体系的なピアサポートプログラムです。決められたテキストを全員で読みながら、体験を語り合います。その中で、疾患・治療・回復・対応の仕方などについての正しい情報とともに、家族自身の体験に基づいた知識や知恵を共有しながら、家族同士の支えあいの場を提供します。

★何が学べるの？

家族による家族学習会を行うことで、家族同士が語り合い、体験やそこから得た知識を共有することで、家族同士の支えあいの場が得られ、孤独感が和らいでいきます。また、正しい知識や対応の仕方を学ぶことができます。参加した家族とともに、家族学習会を担当した家族（担当者）も、変化していく参加者の姿や担当者同士のチームワークの中から学びを得て、力をつけていくことができます。

★どうやって参加すればいいの？

参加者は精神障害のある人の家族です。全5回1コースです。参加者は、全5回全て参加してください。この家族学習会は、全国各地域の家族会、または家族のグループが開催します。開催情報については、みんなねっと、または各都道府県連にお問い合わせください。

★家族による家族学習会を実施するには★



家族学習会を実施する「担当者」候補のチームを作る

担当者は3～5名です。



*担当者となるためには、研修会への参加が必要です。担当者研修会については、「養成研修会」のページをご確認ください。

「担当者」が事前準備を行う

会場や日程、参加者の募集・決定、行政や関係機関への協力依頼などを、「担当者」がチームで役割分担して行います。準備には、家族学習会を支援してくれる「アドバイザー」に応援を求めると、より円滑に準備ができます。



家族学習会を実施し、家族が参加する

テキストの輪読と語りあいによって知識と体験を共有します。実施後は毎回振り返りを行いましょ。振り返りでは、当日の参加者の様子で気になったことなどを話し合います。

1コースのうち、数回はアドバイザーがお手伝いのために訪問します。最終回は、全体の感想やまとめを話しあい、家族学習会（全5回1コース）を締めくくります。



ゆくゆくは、「担当者」は「アドバイザー」として「担当者」のサポートをお願いします

*アドバイザーになるためには研修会への参加が必要です。アドバイザー研修会については「養成研修会」のページをご確認ください。