



# 船橋北病院 アルコール家族会

News  
Letter

2019.2月号  
No. 26  
発行日 2018 2/10

1 月度 報告			 <p>家族会でわかちあう力が 福をよぶ</p> 
日程	①第2土曜日 1/12	②第4土曜日 1/26	
①	9 名様 ご参加ありがとうございました。		① ご参加のみなさまのご感想 
テーマ	家族の回復ステップ12		<p>家族の回復ステップ12グループ皆さまのお話しの一部</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・すぐる思いで参加した。自分よりも悲惨な経験をされている方がキラキラしていて、励まされた。個人療法的な指導で、自分の問題点が、みえてきてから、改善に努めると、日常会話が自然にできるようになった。</li> <li>・回復ステップ12に参加することで得られること。</li> <li>・一人で悩まない→グループへ→共感→回復に繋がる。</li> </ul> <p>グループの皆さまのお話しを聞いた感想</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・お話しが全て当てはまり共感できました。皆さん明るくお話しされているのが印象的でした。</li> <li>・それぞれに悩みや不安を持っているんだなあと感じました。とても勉強になりました。</li> <li>・家族会や自助グループに参加することの意義がわかったような気がします。初めて家族会に参加しましたが、これからも参加します。</li> </ul>
前半	家族の回復ステップ12 5名の方にお越し頂きました。 4名の方からメッセージ（体験） をお話し頂きました。		
後半	わかちあい（全体） 皆さまに近況やお気持ちなどお話し 頂きました。		
②	14 名様 ご参加ありがとうございました。		② ご参加のみなさまのご感想 
テーマ	あなた自身の生活を豊かにする（クラフト）		<p>あなた自身の生活を豊かにする（クラフト）</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・自分をほめてあげるのが大事だなと思いました。</li> <li>・本人よりも自分に焦点をあてているのだと知りました。</li> <li>・ほめるカードの交換は、とても良いと思います。</li> <li>・久々にカードを使ったメッセージをして、懐かしく思いました。</li> <li>・少し本人にとらわれてきていたので、気持ちを変える良い時間でした。</li> <li>・広く深く勉強していきたいと思います。</li> </ul> <p>わかちあい、グループワークでの感想</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・初参加ですが、前向きに勉強していきたいと思います。</li> <li>・皆さんのお話しを聞いて良かったです。</li> <li>・素晴らしい家族会ですね。</li> </ul> <p>学びたいこと</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・本人との付き合い方</li> </ul>
前半	わかちあい（全体） 皆さまに近況やお気持ちなどお話し 頂きました。		
後半	あなた自身の生活を豊かにする（クラフト） 講義 グループワーク ほめるカードの交換 （自分をほめる言葉をカードに書く ⇒他者のカードをみて感想）		

## 2 月度 予定

日時 第2土曜日 2/9 13:30 ~ 15:30

テーマ 本人と家族の体験談

日時 第4土曜日 2/23 13:30 ~ 15:30

テーマ コミュニケーションを変える(クラフト)

もちろん☆ミーティング(わかちあい)も行います。

場所▶ 船橋北病院2F研修室

問合せ▶ 医療福祉相談室

047-457-8006

皆様お気軽にご参加ください。

個別相談も承りますので、お声  
かけください。

