



船橋北病院 アルコール家族会

News
Letter

2019.8月号
NO. 32
発行日 2019 8/10

| 7 月度 報告 | |  | |
|---------|--|--|--|
| 日程 | ①第2土曜日 | ②第4土曜日 | |
| | 7/13 | 7/27 | |
| ① | 18 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 | | ご感想（家族の回復ステップ12&わかちあい） ・勉強になりました。 ・励みになります。 ・皆さんの体験は自分の体験と共通する所があり、気持ちがわかりました。 ・”治るではなく回復”は、一生懸命するのではなく、時間に委ねるものだと思います。かまわず諦めずにやっていこうと、思いました。 ・”家族が学んで変わっていく”…時間がかかるようですが、自分が変わったと実感できる日がくるまで、勉強をさせていただきたいと思います。 ・皆さん、大変な思いをされていることがわかり、大変なのは自分だけではないと思えました。 |
| 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。 3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（立場別） ①配偶者の立場 ②親、きょうだい、子の立場 近況、お気持ちなど各自お話し頂きました。 | | |
| ② | 11 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 | 状況を変えよう（クラフト） | | 状況を変えよう ご感想ほか ・状況をはっきりさせることがなかったので、改めてきちんと状況を把握できました。気付いていなかったプラス面、マイナス面も見えました。 ・自分と同じような状況の方がいると感じて、一人でないと思えました。 ・具体的に関わり方が、少し見えてきました。 ・本人の気持ちになって、飲酒を考えるとストレスを随分と抱えていたのだろうなと思えました。 ・初めてご参加の方のお話を聞いて、かつての自分を振り返ることができましたので、改めて自分が変わることの大切さを再確認することができました。 |
| 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 | 状況を変えよう（クラフト） グループワーク ・クラフトとは？ ・クラフトの目的 ・状況をはっきりさせる ・気付いたことをわかちあう | | |
| | | お暑い中  ご参加いただきまして、ありがとうございました  | |

8 月度 予定

日時 第2土曜日 8/10 13:30 ~ 15:30

テーマ 本人と家族の体験談

日時 第4土曜日 8/24 13:30 ~ 15:30

テーマ コミュニケーションを変える②(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。

