

セルフヘルプグループ Be あい

セルフヘルプグループ「Be あい」とは、社会的ひきこもり体験をした方の集まりです。同じような体験をしている参加者同士で、日頃困っていること・気になっていることを主題に「否定をしない」「対等な関係性」「守秘義務」のルールの中で、ミーティングを行っています。それぞれの体験したことや、知恵を分かち合い、参加者それぞれが「自分らしく」生きやすくなれることを目的としています。ミーティングは当事者のみのクローズで行ないます。テーマによくなる話題は、対人関係、家族との関係、不安の対処、体調管理のあり方などです。

グループについてお知りになりたい方は下記の電話番号までお問い合わせ下さい。

【 対象者 】 概ね 18 歳 ～ 概ね 39 歳くらい

社会的ひきこもりの定義

- ① 六ヶ月以上自宅にひきこもって、社会参加をしない状態が持続している。
- ② ほかの精神障害がその第一の原因とは考えにくいもの。

(精神科医：斉藤環氏による定義)

問い合わせ先 :

北九州市ひきこもり地域支援センター「すてっぷ」 093 (873) 3130

