

令和4年度 講座実施報告書

講座の名称	家族間のトリセツ講座		
講座の目的	夫婦や親子など、身近にいる人にこそ不機嫌になってしまう事があります。家族がチームとしてより良い関係を作れるよう互いを理解し尊重できる方法や、一人で悩みを抱えるカサンドラ症候群について学びます。		
募集対象	市内在住、在勤、在学の人		
定員	なし	視聴回数	139回
開催場所	オンライン開催		
日時	令和4年12月1日(木)～令和5年1月31日(火)		
講師	小沼 聖治さん(聖学院大学 心理福祉学部 心理福祉学科准教授)		
開催内容	前編:家族の多様性を尊重し、強みを活かす。ストレングスモデル、リフレーミング等 後編:家族との対話や自分自身を大切にする。オープンダイアログ等		
参加者の声	<ul style="list-style-type: none"> ・普段の生活に無理なく取り入れられそうな内容でした。 ・続編を期待しています。 ・講師の押し付けでない、優しい話しぶりに癒された。しかし、YouTubeのCMが何度も流れたのが残念だった。 ・機会がありましたら、次回はぜひ対面で講座をお願いします。 ・家族間に限らず、友人や職場での関係改善にも応用できそうです。ありがとうございました。 		

2022年度 上尾市男女共同参画動画配信講座

家族間の「トリセツ」講座・前編 一 가족が互いを理解し尊重できる方法とは？



聖学院大学 心理福祉学部 心理福祉学科
小沼 聖治

★Twitterはじめました。「おぬまる@ソーシャルワーカー」



カサンドラ症候群による苦しみ・悩み

- ・自閉症スペクトラム症(ASD)による共感性の問題
 - ・ASD:こだわりが強く、対人関係やコミュニケーションに支障をきたしやすい
- ↓
- ・想像力・社交性・コミュニケーション・こだわり・感覚等、感情の共有が困難による傷つき体験

例)相手の立場を考えずに発言⇒味つけへの不満
自分の好きなものを衝動買い⇒金銭感覚にルーズ
※夫の状況が周囲から理解されにくく、妻のかわりが問題視されることも

引用・参考文献
宮尾益知・滝口のぞみ(2019)『心のお医者さんに聞いてみよう
アスペルガータイプの夫と生きていく方法が分かる本
「カサンドラ症候群」の悩みから抜け出す9つのヒント』大和出版。



【オンライン講座の様子】