

## アルコール家族教室のお知らせ

10月というのに、半袖で過ごしています。皆さん、いかがお過ごしでしょうか？

さて、11月の家族教室は、心理の西村が担当します。アサーション・トレーニングの中のDESC（デスク）法というコミュニケーションのやり方を中心に話をします。

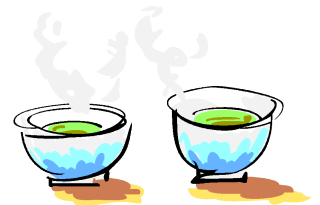
アサーションというのは、自分も相手も大切にしたい自己表現のことです。DESC（デスク）法は、相手に言いにくいこと、こじれそうなときに、使える方法です。

ご家族への対応の仕方、また自分自身のより健康的な生き方に参考になればと思います。

お忙しいことと存じますが、たくさんの参加をお待ちしております。

### 記

1. 日時：令和元年11月5日（火）午後1時30分より午後3時30分
2. 場所： 神奈川病院3階・作業療法室
3. 内容： 午後1：30～3：30  
ワーク「アサーション・トレーニング～DESC法を中心に」  
西村 悟 臨床心理士
4. 参加費：一家族 500円（初めての方は無料）



連絡先 → 相談室 早間、佐々 心理室 西村  
Tel 045（951）9811

※ 大雨や大雪など警戒レベルの気候の時には、家族教室はお休みになります。迷われたときにはご連絡をいただければ、と思います。