

～ひきこもりについて～

人とのつながりがない、自宅にこもっている、仕事をしていない(できない)、学校に行っていない(行けない)、という状況が長期(数ヶ月)にわたり続いている状態です。病名ではありません。

何らかのストレスが大きすぎて、自分の力ではどうにもできなくなった時に、これ以上疲れないように、外からの特定の刺激を遮断することで命を守ろうとしているとも言え、甘えや怠けではないと考えられます。

～ひきこもりの家族の気持ち～

家族は大きな影響を受けます。育て方や家庭環境などを思い返し、家族自身も自分たちを責めたり、自問自答することが多くなります。またひきこもっていることを口に出せず、家族だけで抱え込む場合もあり、助けが必要です。

Q.どんな場合に相談をすればよいですか?

まずは、些細なことでも安心して相談してください。

あなたが、一步を踏み出したいタイミングで「お悩み」や「気になっていること」など、どのようなことでもお聞かせください。

今は働いてなくて家にいる。近所のコンビニなどには出かけるが、普段は一人で家にいる。長年外に出ていないなど、お一人お一人の状況に応じて、必要とする支援を紹介します。

あなたのそばに気軽に過ごせる 居場所があります

NPO 法人ヴィダ・リブレではひきこもり経験者やひきこもり回復支援の専門家による個別相談と居場所支援を行います。居場所支援では無理なく少しずつ動き出すきっかけを作るお手伝いを致します。

少しずつ動き出すのに良い居場所支援

居心地良い空間の提供

専門家による利用者様に寄り添った相談支援

特定非営利活動法人

ヴィダ・リブレ

〒644-0044 和歌山県日高郡

美浜町和田 1131-2

◆電話番号 : 080-1490-5927

◆E-mail : vidalibre.amigo@gmail.com

◆Web サイト: vidalibre-mihama.com

ヴィダ・リブレ in アリダ

和歌山県有田市箕島27

文化福祉センター3階 はまゆう

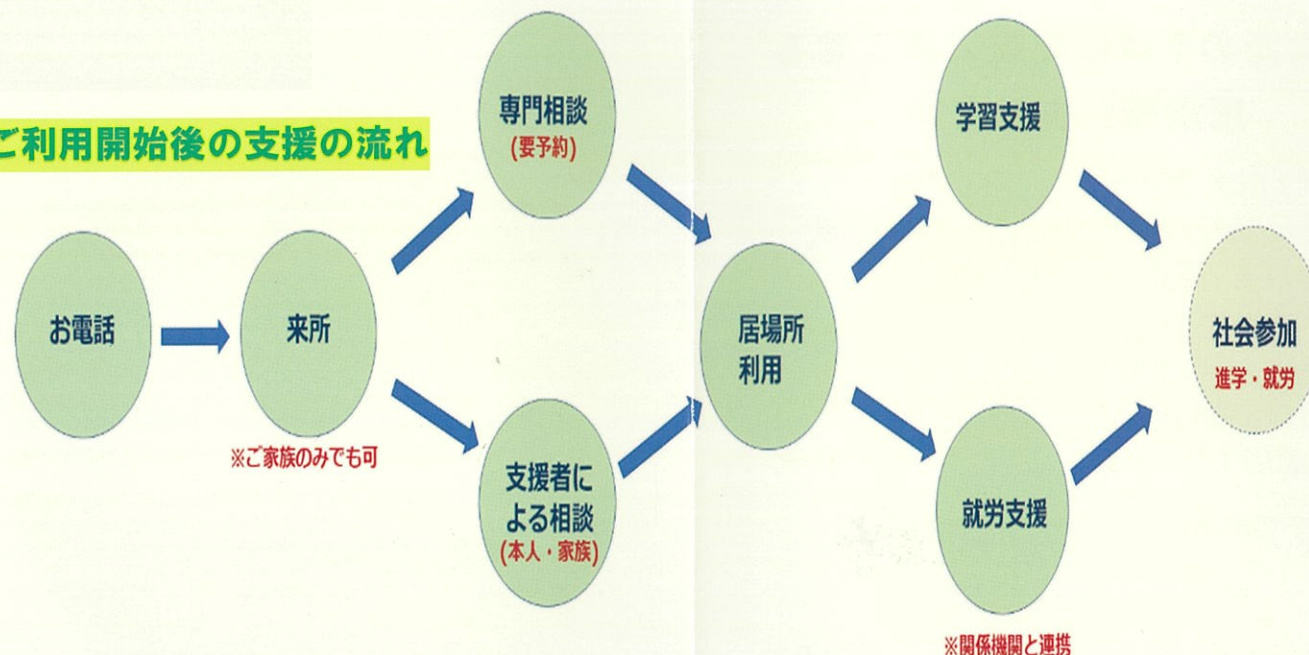
開所日 毎週火・金曜日13時～17時

NPO 法人 ヴィダ・リブレ

ご利用される皆様へ



ご利用開始後の支援の流れ



お電話

まずはお気軽にお電話ください。ご来所の予定などについてお話をさせていただきます。

来所

ヴィダ・リブレにご訪問頂きます。

ご本人様とご家族様と一緒に、ご本人様のみ、ご家族様のみのご利用も可能です。

専門相談

専門家による個別相談になります。ご予約が必要となります。

支援者による相談

ご本人様とご家族様を交えて、ひきこもり経験のあるメンタルサポーターによる相談を行います。

居場所利用

仲間と一緒に様々な活動を行います。お喋りをせずただ居場所に滞在して頂くだけでも構いません。

活動内容

火曜日から土曜日の週5日間の

13:00～17:00まで開所しています。

祝日・年末年始・お盆は休館します。

居場所支援

同じ境遇の仲間やメンタルサポーターと一緒に、のんびりと過ごしませんか。お気軽にお越しください。予約無しにご自由に参加頂きます。

個別相談

専門家によるカウンセリングです。基本的には1対1で行います。木曜日と土曜日の一部の日のみ行っています。予約制ですので NPO 携帯電話または、スタッフまでお気軽にお声掛け下さい。

