

# 「心理教育」と「お薬教室」って何？

## その1 心理教育って何だろう？

教育という言葉が入っているので、何か教わったり、勉強したりするの？と思われる方が多くいらっしゃいます。

いいえ。心理教育は、参加された方はもちろんご存知でしょうが、お互いの悩みや心配事を話したり、聞いたりするおしゃべりの会です。案外自分だけだと思っていた心配事が、多くの人に共通していたとか、何気なくやっていることが、他の人にとってとても良いアドバイスになったとか…時には冗談が飛び交い、看護師やOTと笑いあったり、「みんなと話すことで、元気になろう！」というプログラムです。

- ①回復期グループ
- ②気分コントロールグループ
- ③爆発ミーティング
- ④入院初期グループ

の4つのグループがあり、OTが参加される方にお声をかけております



## その2 「お薬教室」って

「お薬教室」は、実は心理教育の一つで、テーマを「お薬についての心配事」にしぼった会です。服薬は皆さんにとっても職員にとっても、他人ごとではありません。多くの人にとって安心だったり心配だったり、話すことは尽きません。徳永薬剤師を囲んで、ワイワイとおしゃべりしております。

いずれも、興味のある方はOTまで、お気軽にどうぞ。

どうぞ～



