

思春期・青年期相談のご案内



東京都立多摩総合精神保健福祉センターでは、思春期から青年期にかけての様々な問題でお困りの方を対象として、思春期・青年期相談を行っております。不登校やひきこもり、家庭内暴力、家族関係等についてお困りで、多摩地域在住の方はご相談いただけます。関係機関において対応が困難な事例や、連携が必要な事例についてもご相談ください。

電話相談

まずはお困りのことについて電話でご相談ください。電話相談の内容により、個別相談のご案内をします。個別相談を希望の際は、その旨電話相談員にお伝えください。

【相談窓口】 こころの電話相談 TEL：042-371-5560

【受付時間】 月曜日～金曜日（年末年始・祝日除く） 9：00～17：00

個別相談

毎週月曜日の午前に思春期・青年期に関する個別相談を行っています。専門相談員がお話を伺った上で、ご本人への対応の仕方や今後について一緒に考えていきます。必要に応じて本人グループや家族教室のご案内を行います。

※月曜午前の都合がつかない場合はご相談ください。

本人グループ

自宅にひきこもりがちになっているご本人を対象に、社会参加への足がかりになるよう週1回、グループ活動を行っています。グループ利用の仕方については、ご本人との個別相談の中で話し合っていきます。

家族教室

子どもが自宅にひきこもっている、接し方がわからない、暴力を振るわれるなどの問題でお悩みのご家族の方を対象として、月に1～2回家族教室を実施しています。