

2016年2月

さっぽろ麻生メンタルクリニック グループワーク実施予定表

日にち	曜日	開始時間	実施GW	内容・テーマ(予定)
1	月	15:00	アルコール依存症勉強会	依存症ってどんな病気？
2	火	9:30	抑うつ状態の集団認知行動療法	自分の考え方のクセに気づく
		15:00	コミュニケーショントレーニング	「自分を伝える」ってどういうこと？
3	水	9:30	不安・パニック障害グループワーク	自分の中にあるゆがみを見つける
4	木	15:00	発達障害グループワーク	上手に断るコミュニケーションスキル
5	金	15:00	女性の抑うつ状態の集団精神療法	アダルト・チャイルド(自分と他者の境界線をつける)
		17:30	ギャンブル依存症グループワーク	問題ギャンブル行動とは
6	土			
7	日			
8	月	15:00	アルコール依存症勉強会	危険な状況を察知する
9	火	9:30	抑うつ状態の集団認知行動療法	考え方の再検討
		15:00	コミュニケーショントレーニング	相手を理解するってどういうこと？
10	水	9:30	不安・パニック障害グループワーク	こころが辛くなるときはどんな時？その1
11	木		【祝日のためお休み】	
12	金	15:00	女性の抑うつ状態の集団精神療法	自分の中の「怒り」を怖がらないで(怒りをめぐる4つの誤解)
		17:30	ギャンブル依存症グループワーク	ギャンブル衝動に対処する方策
13	土			
14	日			
15	月	0.625	アルコール依存症勉強会	アルコールをやめるための3本柱 -抗酒剤について-
16	火	9:30	抑うつ状態の集団認知行動療法	バランスの良い考え方を検討
		15:00	コミュニケーショントレーニング	「聞く」って思いのほか難しい
17	水	9:30	不安・パニック障害グループワーク	こころが辛くなるときはどんな時？その2
18	木	15:00	発達障害グループワーク	「怒り」を安全に扱おう
19	金	15:00	女性の抑うつ状態の集団精神療法	自分の中の「怒り」を怖がらないで(怒りを安全に取り扱う手順)
		17:30	ギャンブル依存症グループワーク	思考の誤りを修正する
20	土			
21	日			
22	月	15:00	アルコール依存症勉強会	再発を防ぐには
23	火	9:30	抑うつ状態の集団認知行動療法	問題を解決する①
		15:00	コミュニケーショントレーニング	話を聴くときの態度
24	水	9:30	不安・パニック障害グループワーク	フリートーク
25	木	15:00	発達障害グループワーク	フリートーク
26	金	15:00	女性の抑うつ状態の集団精神療法	自分の中の「怒り」を怖がらないで(取り扱い注意の怒り)
		17:30	ギャンブル依存症グループワーク	コミュニケーションスキル・アサーションについて
27	土			
28	日			
29	月	15:00	アルコール依存症勉強会	アルコールの問題を抱えた人の予後

■ 注意事項 ■

- ・上記内容を予定しておりますが、内容が変更になる場合があります。
- ・参加には医師の許可が必要です。希望される方は、必ず医師にご相談ください。
- ・グループワーク実施の際の注意事項を遵守してもらい、ルールを守れない方は参加をお断りする場合があります。
- ・診察日とグループワークは同日に入れることができません。予めご了承ください。

さっぽろ麻生メンタルクリニック