

2016年4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	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(親密な関係ってどんなもの?)
		17:30	ギャンブル依存症グループワーク	ギャンブルの良い面、悪い面
2/3	土/日			
4	月	15:00	アルコール依存症勉強会	アルコールによる身体の障害(1)-肝臓の病気-
5	火	9:30	抑うつ状態の集団認知行動療法	認知行動療法とは?
		15:00	薬物依存症グループワーク	薬物となじみの深いものとお別れしよう
6	水	9:30	不安・パニック障害グループワーク	「私ってどんな人?」-自分のことを改めて知る- その1
7	木	9:30	アサーショントレーニング	日頃のアサーション度チェック
		15:00	発達障害グループワーク	思い込み-自分の第一印象について-
8	金	15:00	女性の抑うつ状態の集団精神療法	先取り不安とつきあうコツ(不安はいけないもの?)
		17:30	ギャンブル依存症グループワーク	引き金と結果
9/10	土/日			
11	月	15:00	アルコール依存症勉強会	性の問題と休日の過ごし方
12	火	9:30	抑うつ状態の集団認知行動療法	セルフモニタリング~考え・気分・体調・行動に分けて捉える
		15:00	薬物依存症グループワーク	薬物のある生活からの回復段階-最初の1年間
13	水	9:30	不安・パニック障害グループワーク	「私ってどんな人?」-自分のことを改めて知る- その2
14	木	9:30	アサーショントレーニング	非合理的な思い込み①
		15:00	発達障害グループワーク	自分は他者からどのように映っているの?
15	金	15:00	女性の抑うつ状態の集団精神療法	先取り不安とつきあうコツ(不安を増殖させるもの)
		17:30	ギャンブル依存症グループワーク	引き金 came ときの選択肢
16/17	土/日			
18	月	15:00	アルコール依存症勉強会	アルコールによる身体の障害(2)-その他の臓器の病気-
19	火	9:30	抑うつ状態の集団認知行動療法	認知のゆがみについて知る
		15:00	薬物依存症グループワーク	薬物を使わない生活を送るために注意すべきこと
20	水	9:30	不安・パニック障害グループワーク	自分の行動を変えて気づきを得る
21	木	9:30	アサーショントレーニング	非合理的な思い込み②
		15:00	発達障害グループワーク	価値観の違いを知る
22	金	15:00	女性の抑うつ状態の集団精神療法	先取り不安とつきあうコツ(不安に振り回されないための対策)
		17:30	ギャンブル依存症グループワーク	再発予防
23/24	土/日			
25	月	15:00	アルコール依存症勉強会	「強くなるより賢くなれ」
26	火	9:30	抑うつ状態の集団認知行動療法	こころの見取り図を作ってみよう
		15:00	薬物依存症グループワーク	これからの生活のスケジュールを立ててみよう
27	水	9:30	不安・パニック障害グループワーク	気分が良くなる行動とは?
28	木	9:30	アサーショントレーニング	アサーション・トレーニング
		15:00	発達障害グループワーク	コミュニケーションってなんだろう?-コミュニケーションの仕組み-
29	金		【祝日のためお休み】	
30	土			

■ 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。
- ・グループワーク参加の際は受付にて「グループワーク参加」とお伝えください。

さっぽろ麻生メンタルクリニック