

2016年11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	火	9:30	抑うつ状態の集団認知行動療法	気分が安らいでいる時と落ち込んでいる時の比較をする
		15:00	薬物依存症グループワーク	引き金と欲求 その1
2	水	9:30	不安・パニック障害グループワーク	認知行動療法「先延ばし行動と新しいチャレンジ」2
3	木		【祝日のためお休み】	
4	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ー自分の感情とニーズ・欲求に気づくー
		17:30	ギャンブル依存症グループワーク	自分のギャンブル問題について振り返る
5/6	土/日			
7	月	15:00	アルコール依存症勉強会	回復のために その2 社会復帰と仲間
8	火	9:30	抑うつ状態の集団認知行動療法	新しい考えや取り組みを探す
		15:00	薬物依存症グループワーク	引き金と欲求 その2
9	水	9:30	不安・パニック障害グループワーク	認知行動療法「アクションプランを立てる」
10	木	9:30	女性の摂食障害の集団精神療法	治療に必要な考え方ー過食要素への取り組み方ー
		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
11	金	15:00	女性の抑うつ状態の集団精神療法	アダルト・チャイルドー自尊心をつくる
		17:30	ギャンブル依存症グループワーク	問題解決ワークシート
12/13	土/日			
14	月	15:00	アルコール依存症勉強会	依存症ってどんな病気？
15	火	9:30	抑うつ状態の集団認知行動療法	問題解決能力を育てる
		15:00	薬物依存症グループワーク	精神障害と薬物乱用
16	水	9:30	不安・パニック障害グループワーク	認知行動療法「やってみたいこと、目標をつくる」
17	木	9:30	女性の摂食障害の集団精神療法	治療に必要な考え方ー拒食要素への取り組み方ー
		15:00	発達障害グループワーク	自分の周りの対人関係を整える
18	金	15:00	女性の抑うつ状態の集団精神療法	アダルト・チャイルドー怒りのからくり①
		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
19/20	土/日			
21	月	15:00	アルコール依存症勉強会	危険な状況を察知する
22	火	9:30	抑うつ状態の集団認知行動療法	行動計画を作る
		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
23	水		【祝日のためお休み】	
24	木	9:30	女性の摂食障害の集団精神療法	回復していくための大切な考え方①
		15:00	発達障害グループワーク	「私ってどんな人」ー自分のことを改めて知るー
25	金	15:00	女性の抑うつ状態の集団精神療法	アダルト・チャイルドー怒りのからくり②
		17:30	ギャンブル依存症グループワーク	スケジュールを立てよう
26/27	土/日			
28	月	15:00	アルコール依存症勉強会	アルコールをやめるための三本柱-抗酒剤について-
29	火	9:30	抑うつ状態の集団認知行動療法	ストレス発散方法を探す
		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
30	水	9:30	不安・パニック障害グループワーク	認知行動療法「気分が辛くなる価値観や自分ルール」

■ 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