

参加者
募集!
(10名)

自分でやってみる 対人関係療法

Interpersonal Psychotherapy

対人関係療法とは…

私たちは、日頃から身近な人間関係によって大きな影響を受けながら生活をしています。気分の憂うつ、不安といった症状も人間関係の中で起こります。対人関係療法は、対人関係のストレスを解決する治療法です。また、同時に対人関係の力を活用して治していく治療法でもあります。本プログラムでは、対人関係療法のエッセンスを理解し、活用していただくことで人間関係のストレスを解決可能なものにしていきます。

◆ 全10回のプログラム

本プログラムは、固定メンバーによる集団精神療法です。

全10回のプログラムとなっています。

毎月第2、第4木曜
11時～12時に開催
いたします。

※12月は第1、4木曜
になっています。

◆ 医療保険適応

料金は、医療保険が
適応されます。

もちろん、自立支援
医療制度も適応され
ます。

なお、診察とは別の
日程で行いますので、
別途診察を受けてい
ただく必要があります。

◆ このような方に

親子、職場等の人間
関係のストレスが強
くてお悩みの方

食に関する悩みでお
困りの方

人間関係に不安が生
じやすい方

4月11日
(木)
スタート!

開催予定日 (全10回)

4月11, 25日 5月9, 23日 6月13, 27日 7月11, 25日 9月12, 26日

担当：精神科ソーシャルワーカー さいなか