

CSTのご案内

～再飲酒予防トレーニング～

日時： 毎週水曜日 14:00～15:00

※第3水曜を除く

場所： カフェテラス

担当スタッフ： 渋谷（医師）・菅原・須階（臨床心理士）

断酒を目標とし、当院通院中でアルコールの問題を抱えている方、以前に問題を抱えていた方を対象とした集団精神療法です。その方々に加え、断酒プログラムでの入院治療中の方々を含めた10人前後のグループで行います。

ワークブックを使用しながらテーマに沿って進められ、みなさん自身で考え、話し合うミーティングの場です。グループワークを通して、今までの飲酒について振り返ったり、アルコールのない人生を送っていくために役立つ知識や方法を身につけたりすることで、アルコール依存症からの回復のために、飲酒をただ我慢するだけでなく、前向きな自分と向き合って、より健康に生きていくことを目指しています。

参加を希望される方は、主治医や外来スタッフ、担当スタッフなどに声をかけて予約を取ってください。次回のテーマや実施日のご案内をいたします。

- ★ 参加は予約制となりますので、声をかけて頂いたスタッフが参加予約票をお渡しいたします。
- ★ 精神療法として行うため、費用の自己負担が必要な方もおられます。
保険証等により自己負担金の有無や金額は異なりますので、ご予約時に外来事務員への御確認をお願いいたします。