

外来YAP

よしのアクションプログラム日程表

R3年9月から1クール(約3ヶ月間)の予定表です。

いつからでも、好きなテーマだけでも、参加できます。

* 暦どおりの実施になります。

* 予定が変更になる場合があります。最新情報をよしの病院のHPで確認してください。

No.	水曜・午前 テーマ	日程
1	何が問題なの？	9月15日
2	どんなふう良くなってゆくの？	9月29日
3	引き金と欲求	10月6日
4	身の回りにある引き金	10月13日
5	心や体の中にある引き金	10月20日
6	ひきこもりの意味を考えてみよう	10月27日
7	薬物やアルコールやギャンブルを使う夢について	11月10日
8	生活のスケジュールを立ててみよう	11月17日
9	損得づくで考えてみよう—損得認知モデル	11月24日
10	どうすれば楽に生きてゆけるのだろうか—正直さについて	12月1日
11	「言い訳」に隠れた自分のニーズはなんだろう？	12月8日
12	人間関係に悩んだときはどう対処すればいいの？	12月15日

金曜午前がDr.による講義、午後が代替行動をさがすPGとなっています。

No.	第3金曜・午前 テーマ	日程
1	依存症って病気なの？	9月17日
2	薬ってきくの？—疾患(医学)モデルからみた依存症	10月15日
3	自分のニーズに従おう	11月19日

	第3金曜・午後 内容	日程
	依存行動に代わる活動を見つけよう(実際に興味のある作業を行います)	毎回