



新宿渋谷メンタルクリニック グループ療法のご案内



新宿渋谷メンタルクリニックでは、思春期（中学生・高校生年代）および青年期（20代～30代）の方を対象に、グループ療法を行っています。

「学校に通えない」「仕事やアルバイトが続かない」

「人とのコミュニケーションがうまくできない」「友人関係や家族関係で悩んでいる」

「生活リズムが乱れている」「日中どう過ごせばいいかわからない」

「勉強ができない、特定の科目が苦手」「片付けや段取りを立てるのが苦手」など...

お困りの方、集団でさまざまな活動をする中で、悩みごとや苦手とする課題を整理し、その人に合わせた解決方法を考えていきます。

グループ療法に参加して、みんなと一緒に活動しませんか。



■ 開催日時

青年期（20代～30代）： 毎週月曜日 13:30～16:30

思春期（中学生・高校生年代）： 毎週火曜日 13:30～16:30

■ どうやって利用するのですか？

- ・ご利用を希望される方は、下記電話番号にご連絡ください。
- ・グループ療法担当スタッフが利用内容についてご説明し、見学や参加の日時を決めます。

■ どんなことをしますか？

○ コミュニケーションワーク系：

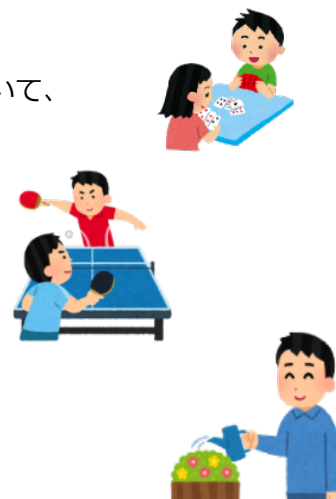
自己紹介、会話の仕方、上手な自己主張の仕方など、コミュニケーションについて、みんなで話し合ったり一緒に考えたりしていきます。

○ 運動系：

卓球やレクリエーション、散歩などの活動を通して気持ちを発散したり、他の人と交流したり、体を動かす楽しさを感じたり味わっていきます。

○ 作業系：

工作や園芸、手芸などの活動を通して、みんなで一緒に活動していきます。



■ どんなスタッフがいますか？

医師、公認心理師、看護師が担当しています。

■ 費用はかかりますか？

グループ療法では、健康保険、国民健康保険など保険診療が適用されます。また、自立支援医療も適用されます。

グループ療法についてのお問合せ

月曜日 10時～12時半 080-6056-5721(グループ療法直通)

上記時間以外は代表番号 03-6383-3414 におかけください。

どうぞお気軽にお問合せください。