

認知行動療法グループに関して

1. プログラムの構成について

本プログラムはリワークプログラムの枠で実施しています。

1 回約 60 分～90 分、計 10 回のセッションを 1 クールとするグループ形式で行います。

2. 参加対象・条件

自身の思考パターン（認知の歪み）を掘り下げる作業やホームワークが含まれます。そのため、気分が沈んだり、疲労感が生じたりするなど、心理的な負荷がかかる場合があります。

60 分～90 分間程度のグループセッションや、ワークに伴う心理的負荷に、無理なく取り組める程度に症状が安定されている方を対象とします。

3. グループ内でのルールと配慮

- ・本講義は小集団に対して理論をお伝えする形式です。積極的な発表や意見は講義の質を高めるものとして推奨いたしますが、限られた時間で円滑に進行するため、特定の個人による長時間の質問や頻回な発言はご遠慮ください。

- ・他の参加者への配慮を欠いた発言や、スタッフへの攻撃的な言動は禁止いたします。

- ・講義時間内に解消できなかった質問については、講義終了後、個別にご相談ください。

- ・10 回ワンクールの中で欠席は 2 回までとなっています。3 回欠席された場合や、講義開始後の度重なる遅刻がみられた場合は、一度プログラムを中断していただきます。次回以降のクールで継続して通える状況になられましたら、再度ご参加いただくことが可能です。

以上の内容が守られない場合、またはスタッフとの治療関係が築けない場合は、リワークプログラム担当医と検討の上、プログラム参加を中断または中止することがあります。