

2024年度 ギャンブル依存症治療プログラム予定表

曜日：土曜日（下記表を参照してください）

時間：13:30～15:00

場所：ご本人→生活機能回復訓練室、ご家族→集会室（変更になる場合があります）

19クール	20クール	21クール	22クール	内容（ご本人）	内容（ご家族）
4月6日	7月6日	10月5日	1月11日	①あなたにとってギャンブルとは？	①体験談を語ろう
4月20日	7月20日	10月19日	1月25日	②ギャンブルの「引き金について」	②ギャンブル依存症とは？依存はどう進行する？
5月11日	8月3日	11月2日	2月8日	③引き金への対処とギャンブルへの渴望	③借金をどうしたらいい？（ギャンブル依存症家族の会）
5月18日	8月10日	11月9日	2月15日	④回復者からのメッセージ	④回復者からのメッセージ
5月25日	8月17日	11月16日	2月22日	⑤ギャンブルの代わりにする活動(生活の再建・代替行動)	⑤回復のために必要なこと
6月8日	8月31日	11月30日	3月8日	⑥考え方のクセ	⑥対応の仕方とコツ（CRAFT/イネイブリング）
6月22日	9月14日	12月14日	3月22日	⑦もしもの時に備える	⑦対応の仕方とコツ（CRAFT/イネイブリング）
6月29日	9月28日	12月21日	3月29日	⑧振り返りミーティング	⑧家族からのメッセージ（ギャンブル依存症家族の会）
<p>1クール8回（約3カ月）のプログラムです。</p> <p>④はご家族と合同プログラムです（5/18は市民公開講座になります）。</p> <p>認知行動療法に基づく実践プログラム「ギャンブル脳を眠らせておく生活実践」を行います。</p>					<p>1クール8回（約3カ月）のプログラムです。</p> <p>④はご本人と合同プログラムです。</p>