



# 初台クリニック グループ療法のご案内



初台クリニックでは、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」「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」など... お困りの方、



集団で様々な活動をする中で、個々人の悩みごと（友人関係・家族関係等）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）のグループ : 毎週月曜日 13:00～16:00

思春期（中学生・高校生年代）のグループ : 毎週金曜日 13:00～16:00

## ■ どうやって利用するのですか？

- ・初台クリニックにお電話していただき、初診の予約をとってください。
  - ・当院、外来通院中の方は医師に相談してください。
- ※ 医師の判断により、グループ療法に参加することができます。

## ■ 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、精神保健福祉士、公認心理師が担当しています。



## ■ 費用はかかりますか？

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。

## \*お問合せ\*

初台クリニック 〒151-0061 東京都渋谷区初台1-7-7

Court 初台1F [TEL:03-6383-3414](tel:03-6383-3414)

