

(財)正光会 宇和島病院

愛媛県の最西端、牛鬼まつりと闘牛で有名(?)な町、宇和島で、平成21年度より、当院に通院中の患者様を対象に集団認知行動療法を立ち上げました。週1回8セッション(約2ヶ月)及び1回のフォローアップセッションを1クールとしています。

参加者はうつ病の方が中心ですが、診断名を問わず、ものの見方や考え方がかたよりがちでうつや不安を感じやすいという方、を対象にしています。

また当院ではうつ病でご入院中の患者様向けに、グループでの心理教育や服薬指導を行っており、その一環としてもこの集団認知行動療法を位置づけ、入院から外来へと一貫した治療が出来るよう配慮しています。参加者の年齢層も広く、職歴も、抱えている問題もさまざまですが、多職種スタッフ(医師、臨床心理士2名、精神保健福祉士1名)が、お一人一人にきめ細かな対応ができるよう、心がけております。



①施設名	財団法人 正光会 宇和島病院
②プログラム概要	<p>①うつと不安のための集団認知行動療法</p> <p>②目的：精神科外来に通院中の患者様の、抑うつ／不安症状を認知行動療法を通じて軽減する</p> <p>対象：</p> <ul style="list-style-type: none"> * 当院または他院にて外来治療中の方 * 抑うつあるいは不安の症状にて治療中の方 * セッション開始前に、当院精神科医師の診察を受けることが可能な方 * 他院にて治療中の方は医師の紹介状を持参できる方 <p>④ 開始時期：年に4回</p> <p>診療枠組み：当院あるいは他院に通院中の外来患者様</p> <p>⑤実施方法</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) 一クール10回のセッション 2) セッションの時間：毎週火曜日 13:30～15:00 3) 参加人数：8名前後 4) 場所：正光会宇和島病院 5) スタッフ：精神科医師 1名 臨床心理士 1名 精神保健福祉士 1名 6) 内容：NTT 東日本関東病院のテキストを参考に作成したオリジナルテキストを使用。認知再構成法、問題解決法、行動活性化、アサーショントレーニングなどの認知行動療法の各技法が学べます。
③外部からの研修、見学受け入れ	<p>応相談</p> <p>連絡先：</p> <p>TEL：0895-22-5622（代表）</p> <p>外来まで</p> <p>URL:http://www.shokokai-grp.or.jp/category/uwajima</p>