

鶴が丘だより

チーム医療のご紹介①

当院では、患者様とご家族を対象としたプログラムを行っております。

△こころのカレッジ

2週間に1回、ご入院中（急性期）の患者様を対象に行う心理教育プログラムです。病気や薬、休息の取り方ははじめ、退院後の生活メタ認知トレーニングなどを知り、これからの生活をより良いものにしていくことを目指します。

参加者からは、自分の症状について知ることができた。グループホームの話も聞いて使ってみたいと思っただけなどの感想を頂いてお

ります。

◎メタ認知トレーニング

自分の考え方の癖に気がつくトレーニングです。セッションの一例、結論を急がないで話を紹介します。

私たちは、複雑な情報を基に安易な判断をし、場合によっては100%確実な証拠が無いまま結論を下すことがあります。

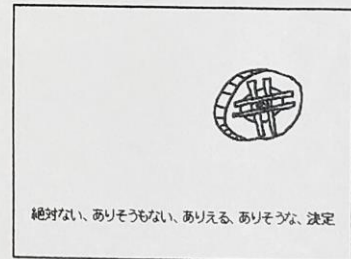
問題①
何に見えるでしょう。



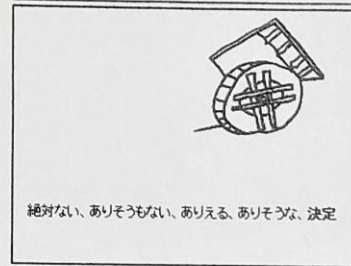
後ろを向いた若い女性に見えたり、下を向いた老女に見えたりします。どちらでも正解です。

問題②

今から一連の絵を見せま



絶対ない、ありそうもない、ありえる、ありそう、決定



絶対ない、ありそうもない、ありえる、ありそう、決定

最初は絵のほんの一部しか現れません。少しづつ絵が付け加えられていきま



絶対ない、ありそうもない、ありえる、ありそう、決定

水車でした。

ある日の
鶴が丘

ホームページより
外来初診の
お問い合わせが
可能になりました。

専用フォームより
情報をお送りいた
だきますと、当院
担当部署より後日、
お電話致します。

◎ご見学・入院相
談等は、お電話
のみで受付けて
おります。



鶴が丘ガーデン

検索

私たちは急いで決めつけると、真実の半分しか分らないことがあります。特に重大な決定を下さなければいけないときは、できるだけ多くの情報を探して他の人と意見交換することが重要です。

八丘の上の家族のつどいⅤ

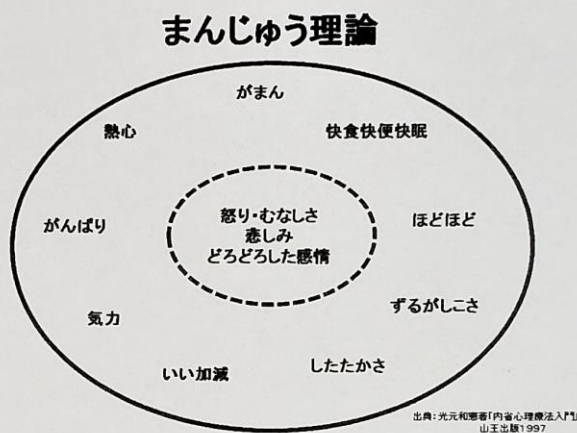
統合失調症の患者様のご家族を対象とした家族心理教育プログラムです。

- 1 回目 「病気について」
- 2 回目 「薬について」
- 3 回目 「社会資源について」
- 4 回目 「家族の接し方」

4回1クールで年2回行っています。専門職による講義のあと、スタッフを交えたグループワークを行います。ご家族から相談したいことを挙げて頂き、その事柄を他のご家族と経験やアドバイスを共有していきます。

参加者からは、今まで誰にも相談できなかったことが、話せて気が楽になったこと、自分だけではないと感じて安心した、明日からの元気をもらったなどの感想を頂いています。

◎まんじゅう理論



出典：光元和憲著「内省心理療法入門」山王出版1997

「あんこは、困難を抱えながら生活しているときに心の中にある、怒りや悲しみ、つらさや生きづらさを表します。皮は、あんこを包む役割を担いながらも生活をするために機能している心の働き、がんばりや強さ、希望

や工夫を表します。心の健康は、あんこを皮が上手にくるんでまんじゅうらしくすることです。丘の上の家族のつどいでは、ご家族の「皮」の部分に注目し、皮の厚みを増やせるようお手伝いさせていただきます。

ご興味をお持ちのご家族は、主治医・担当看護師・相談室までお気軽にお尋ねください。



次号も引き続き「チーム医療」の取り組みをお届けします。お楽しみに。

へ文責・高野

医療法人社団 鶴永会

鶴が丘ガーデンホスピタル
 TEL:044-988-3121
 東京都町田市三輪緑山 2-2133-1
 長津田いこいの森診療所
 TEL:045-507-7656
 神奈川県横浜市緑区長津田 4-11-14

ご入院中で
 限度額適用認定
 を御利用の方は、
 有効期限も
 ご確認下さい。

更新手続きをされ
 ましたら、必ず受
 付へご提示下さい。

お知らせ.....

バスをねらわず
 次善でいこう

ほっておくのも
 治療のひとつ

いろはカルタ

今月の...