

OCDの会 ワークショップ

『人の目を気にする私を変える』

人前で何かをすることによって、悪い評価をされるのではないかと…周囲から注目を浴びるようなことをして、恥ずかしい思いをしてしまうのではないかと「ちょっと恥ずかしいな」と思うのは誰にでもあることですが、他人に悪い評価を受けることや、人目を浴びる行動への不安により強い苦痛を感じたり、身体症状が現れ、次第にそうした場面を避けるようになり、日常生活に支障をきたすことを、社交不安障害(SAD:Social Anxiety Disorder)といいます。そんな自分を変えるためのヒントをお伝えします。

原井 宏明先生 精神保健指定医、日本行動療法学会認定専門行動療法士、動機づけ面接トレーナー。元菊池病院医療部長。現在、医療法人和楽会なごやメンタルクリニック院長。



開催日：2012年6月16日(土)
9:15 開場 9:30～12:30(質疑応答含む)

開催会場：くまもと森都心プラザ 6階C会議室
熊本市春日1丁目14番1号

受講料：2,000円(当日受付にてお支払い下さい) 定員：30名

受講対象：どなたでも参加可能

参加申込み：平成24年4月16日(月)～6月15日(金)

<http://www.efeel.to/survey/workshop/>

※会場への直接のお問い合わせはご遠慮下さい。



JR：JR熊本駅白川口(東口)正面

バス：熊本駅前バス停下車(交通センターから約10分)

市電：熊本市電A系統(田崎橋～健軍町)熊本駅前電停下車

車：熊本ICより約30分 益城熊本空港ICより約30分

◎連絡先： O C D の 会

〒862-0920 熊本市東区月出3丁目1-120 熊本県精神保健福祉センター内

メール: ocd2004@gmail.com 電話: 090-1342-7808 URL: <http://ocdnokai.web.fc2.com/>