

依存の問題をどうにかしたいけど…

時間がない…

仕事はやめられない…

いきなり施設に入るのはハードルが高い…

でも何とかしなきゃ!

仕事・学校などで平日に時間が取れない方に向けた

ワンネスグループ

# 週末通所コース

開催地:大阪・名古屋・横浜 (横浜は現在開催中!)

『問題が起こっていることは分かっているが、  
やめたくてもやめられない…』

解決策は、新しい生き方のプログラム、そして、仲間の力。  
ギャンブル依存からの脱却については、様々な機関で特色のある支援が提供されています。

共通して言えるのは、自力ではなく周囲の人たちのサポートを得ながら止め続けるための、‘知識や力’を手にしていくという点。

ワンネスグループでは‘マイナス10からプラス10への回復’という考えのもと、各地の入所型施設では、依存の背景にある自身の生き方についての課題を知り、変化への行動を重ねていきます。その結果、生きづらい状況から脱して、依存対象から離れた生活を続けることが可能になるのです。

## 依存脱却のための、もうひとつの選択肢 『週末通所コース』。

しかし、ワンネスグループの相談窓口(フリーダイアル、メール、LINEなど)には、「入所したほうが良いのは分かるが、仕事(学校)を辞められない。」「休学(休職)してまで施設に入るのはハードルが高い」などの悩みが多く寄せられているのが現状です。そこで、2016年春から、日曜日を中心に週末や祝日の午後にプログラムを提供する週末通所コースをスタート。会社員や自営業の方など多くの方に利用いただいています。

Well

2019年  
1月～6月

仕事や学業を続けながらの依存脱却はかなり大変なことです。指針や伴走者があることで、どうすれば止め続けられるのかが明確になります。

## 依存症経験者の私たちが作ったオリジナルプログラムで、きっかけを掴む。

週末通所コースは、入所型同様、ギャンブル等依存の経験者(依存から脱却して生活を続けている者)でもあるスタッフが担当します。

内容は、これまでワンネスグループが積み重ねてきた支援プログラムに、NLP(神経言語プログラミング)をはじめとする最新の心理プログラムを加え、さらに国際問題ギャンブルカウンセラー認定委員会(ICGCCB)のトレーニングから得たスキルもミックスしてオリジナルテキストを作成。

依存からの脱却を続ける私たちワンネスグループのスタッフ自身が「この内容が必要だ」と納得したプログラムを提供します。また、依存を抱える本人だけではなく、ご家族向けのプログラムも期間中に数度開催。ご本人とご家族がより良い関係になっていくような支援も行います。

かつて依存症の渦中で苦しみを経験した専門カウンセラーや、同じ悩みを抱えながらも前進しようと願う他の参加者の皆さんと一緒に、ゆっくりと着実な変化をご自身のなかに感じてみませんか?

家族の皆さまのご参加も歓迎します。



依存症経験者の視点で「生きやすい」社会づくりを目指す  
ONENESS GROUP  
一般財団法人ワンネスグループ

# 「週末通所コース(全20回の講義)」への参加でできること

- ・ギャンブル等依存を知り、自身が依存を抱えるに至った背景を知る
- ・依存脱却のために必要な基礎的な事柄を知る
- ・再発防止のために必要な基礎的な事柄を知る
- ・知った事柄についてロールプレイを通して練習する
- ・同じ問題を抱えるメンバーやスタッフとのつながりを得る
- ・参加者ご家族も依存症についてや、今後の関わりに大切な事柄を知る



## 各回の主な内容について

1	ギャンブル依存症を知る①	11	自己内省のワーク③
2	ギャンブル依存症を知る②	12	エンカウンターグループ②
3	依存症と感情について①	13	依存症と感情について④
4	依存症と感情について②	14	家族との関係②
5	自己内省のワーク① 家族のグループワーク① ※ご家族に参加していただけます。	15	依存症と家族について⑤ 家族のグループワーク③ ※ご家族に参加していただけます。
6	エンカウンターグループ①	16	感情表現
7	家族との関係①	17	職場や学校での人間関係
8	依存症と感情について③	18	エンカウンターグループ③
9	自己内省のワーク②	19	自己内省のワーク④
10	再発予防 家族のグループワーク② ※ご家族に参加していただけます。	20	本人と家族の合同ワーク

## ● 講義以外のサポート

SNSを使ったフォロー(毎日)

個別カウンセリング(毎月一回)

スカイプミーティング(毎月一回/全会場参加者対象)

家族面談(前後期一回ずつ)

## 会場・日程 時間 13:00 ~ 16:00

※日程は変更になる場合があります。その場合は別日で開催します。  
※毎月第2週目は Skype ミーティングです

### 大阪会場

ワンネスグループ大阪オフィス(問題ギャンブル対策センター大阪)

大阪市住之江区南港北2-1-10

ATC(アジア太平洋トレードセンター)ITM棟3階J-10

【電車でお越しの方】 ◆南港ポートタウン線「トレードセンター前駅」下車直結

【車でお越しの方】 ◆阪神高速湾岸線「南港北」出口よりすぐ

◆駐車場(普通車専用・収容台数1200台) 営業時間9:00~24:00  
30分ごとに200円 最大料金(土日祝)1000円

#### skype ミーティング

日程	1月	2月	3月	4月	5月	6月
	5日(土)・13日(日)・20日(日)・26日(土)	2日(土)・10日(日)・17日(日)・23日(土)	2日(土)・10日(日)・17日(日)・24日(日)・30日(土)	6日(土)・14日(日)・21日(日)・27日(土)	4日(土)・12日(日)・19日(日)・25日(土)	1日(土)・9日(日)・15日(土)・23日(日)・29日(土)



### 名古屋会場

セレニティパークジャパン名古屋

名古屋市千種区徳川山町 2-6-25

◆車でお越しの場合は専用駐車場がございませんので  
お近くのパーキング等をご利用ください。

#### skype ミーティング

日程	1月	2月	3月	4月	5月	6月
	6日(日)・13日(日)・19日(土)・27日(日)	3日(日)・10日(日)・16日(土)・24日(日)	3日(日)・10日(土)・16日(土)・23日(土)・31日(日)	7日(日)・14日(日)・20日(土)・28日(日)	5日(日)・12日(日)・18日(土)・26日(日)	2日(日)・9日(日)・16日(日)・22日(土)・30日(日)



依存症経験者の視点で「生きやすい」社会づくりを目指す

**ONENESS GROUP**

一財団法人ワンネスグループ

お申込み  
お問合せ

**0120-111-351**

月~金 10:00 ~ 17:00

info@oneness-g.com