

## 【STEP – G の各回のテーマ】

- 第1回 あなたにとってのギャンブルとは？
- 第2回 ギャンブルの「引き金」について
- 第3回 引き金への対処とギャンブルへの渴望
- 第4回 生活の再建・代替行動  
(ギャンブルの代わりになる活動)
- 第5回 考え方のクセ
- 第6回 まとめ

