

2017年11月

## さっぽろ麻生メンタルクリニック グループワーク実施予定表

日にち	曜日	開始時間	実施GW	内容・テーマ(予定)
1	水			
2	木	15:00	発達障害グループワーク	目標設定 ～ちょうどよいステップを探す～
3	金	15:00	抑うつの特認認知行動療法	問題解決療法 ～悩み事を整理する～
4/5	土/日			
6	月	15:00	就労支援グループワーク	余暇の過ごし方～リフレッシュ方法～
7	火	9:30	不安・パニック障害グループワーク	いつもの生活パターンを観察してみよう
8	水			
9	木	15:00	発達障害グループワーク	コミュニケーション・トレーニング
10	金	15:00	抑うつの特認認知行動療法	アンガーマネジメント～感情との付き合い方～
11/12	土/日			
13	月	15:00	就労支援グループワーク	人間関係を円滑にするためには
14	火	9:30	不安・パニック障害グループワーク	マインドフルネス ～注意トレーニング～
15	水			
16	木	15:00	発達障害グループワーク	緊張・不安との付き合い方
17	金	15:00	抑うつの特認認知行動療法	ストレス、コーピングを振り返ろう
18/19	土/日			
20	月	15:00	就労支援グループワーク	目標の振り返り
21	火	9:30	不安・パニック障害グループワーク	セルフモニタリング ～困った時を整理しよう～
22	水			
23	木/祝			
24	金	15:00	抑うつの特認認知行動療法	自分の悪循環と良循環
25/26	土/日			
27	月	15:00	就労支援グループワーク	面接での心構え
28	火	9:30	不安・パニック障害グループワーク	ストレスマネジメントについて
29	水			
30	木	15:00	発達障害グループワーク	イトコサガシ・ワークショップ

## ■ 注意事項 ■

- ・上記内容を予定しておりますが、内容が変更になる場合があります。
- ・参加には医師の許可が必要です。希望される方は、必ず医師にご相談ください。
- ・グループワーク実施の際の注意事項を遵守してもらい、ルールを守れない方は参加をお断りする場合があります。
- ・診察日とグループワークは同日に入れることができません。予めご了承ください。
- ・グループワーク参加の際は受付にて「グループワーク参加」とお伝えください。

さっぽろ麻生メンタルクリニック