

2017年12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	金	15:00	抑うつの特長認知行動療法	行動生起のコツ
2/3	土/日			
4	月	15:00	就労支援グループワーク	イライラへの対処法
5	火	9:30	不安・パニック障害グループワーク	不安を持ちながら行動するには～出来たらいいなリストを作ろう～
6	水			
7	木	15:00	発達障害グループワーク	目標設定 ～今月の過ごし方～
8	金	15:00	抑うつの特長認知行動療法	「自信」について
9/10	土/日			
11	月	15:00	就労支援グループワーク	職場でのコミュニケーションのとり方について
12	火	9:30	不安・パニック障害グループワーク	心配事との付き合い方
13	水			
14	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
15	金	15:00	抑うつの特長認知行動療法	ストレスコーピングを振り返ろう
16/17	土/日			
18	月	15:00	就労支援グループワーク	今年1年の振り返り
19	火	9:30	不安・パニック障害グループワーク	ストレスと、その対処について
20	水			
21	木	15:00	発達障害グループワーク	就労について情報共有しよう
22	金	15:00	抑うつの特長認知行動療法	困っていること→解決可能な目標
23/24	土/日			
25	月	15:00	就労支援グループワーク	来年の目標を考えよう
26	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～不安を観察してみましょう～
27	水			
28	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
29	金	15:00	抑うつの特長認知行動療法	対人関係に活かす認知行動療法
30/31	土/日			

■ 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