

2018年2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	木	15:00	発達障害グループワーク	今月の目標設定
2	金	15:00	抑うつの特認認知行動療法	アサーション・トレーニング
3/4	土/日			
5	月	15:00	就労支援グループワーク	労働関係の法律について
6	火	9:30	不安・パニック障害グループワーク	不安の認知行動療法～まずはモニタリングから～
7	水			
8	木	15:00	発達障害グループワーク	会話の始め方、終わり方
9	金	15:00	抑うつの特認認知行動療法	気持ちを落ち着かせる方法～リラクゼーション、マインドフルネス～
10/11	土/日			
12	月/祝			
13	火	9:30	不安・パニック障害グループワーク	生活を振り返る～価値に沿った行動～
14	水			
15	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
16	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
17/18	土/日			
19	月	15:00	就労支援グループワーク	人間関係の構築に必要なスキルを学ぼう
20	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・トレーニング
21	水			
22	木	15:00	発達障害グループワーク	イイトコサガシ・ワークショップ
23	金	15:00	抑うつの特認認知行動療法	できたら嬉しい活動表づくり
24/25	土/日			
26	月	15:00	就労支援グループワーク	自分のクセを知る
27	火	9:30	不安・パニック障害グループワーク	生活上のストレスに気づく
28	水			

■ 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