

2019年1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	火/休			
2	水/休			
3	木/休			
4	金	13:30	抑うつの特長認知行動療法	認知行動療法とは/バランスの取れた考え方を身につけよう
5	土			
6	日			
7	月			
8	火	13:30	発達障害グループワーク	今年目標/フリートーク
9	水			
10	木			
11	金	13:30	抑うつの特長認知行動療法	ストレス対処法を身につけよう
12	土	9:30	ギャンブル依存勉強会	
13	日			
14	月/休			
15	火		グループワークお休み	
16	水			
17	木			
18	金	13:30	抑うつの特長認知行動療法	自分の気持ちや考えを相手に伝えようーアサーティブトレーニング
19	土			
20	日			
21	月			
22	火	13:30	発達障害グループワーク	イトコサガシ・ワークショップ
23	水			
24	木			
25	金	13:30	抑うつの特長認知行動療法	日々の暮らし方を振り返ろうー行動活性化
26	土			
27	日			
28	月			
29	火	13:30	発達障害グループワーク	生活の工夫/困りごとの解決方法を考えよう
30	水			
31	木			

- ・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