

# 認知療法

対象者:

嫌な気分になることに困っている方、考え方を变えたい方

プログラム(全6回,第1, 3水曜日)

7/3(水)第1回	自動思考
7/17(水)第2回	仲良しユガミン
8/7(水)第3回	考えの幅を広げよう
8/21(水)第4回	行動で試してみよう
9/4(水)第5回	信念に挑戦しよう
9/18(水)第6回	補講

(わからなかったところは振り返ろう)

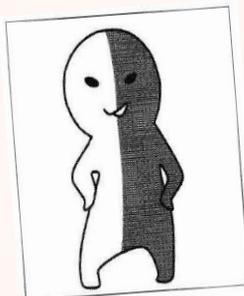
見学いつでも募集中です。



ラベラー



ジャンパー



シロクロン



ベッキー



ジープン

【連絡・問い合わせ】

稲城台病院デイケア

電話: 042-331-5531

e-mail: inagi-dc@kenseikai-jp.com

※全体の日程表はデイケア室に置いてあります。