

診療所

本厚木駅前
こころの相談室

グループで学ぶ

認知行動療法講座

講座日程

夏期 2025年7月25日～
冬期 2026年1月30日～

時間

毎週金曜15:15～17:30

会場

本厚木駅前こころの相談室

夏期講座

7月25日(金)

8月8日(金)

8月22日(金)

8月29日(金)

9月5日(金)

内容

第一回 認知行動療法とは

第二回 自己理解編

第三回 認知編

第四回 認知・行動編

第五回 行動編

冬期講座

1月30日(金)

2月6日(金)

2月13日(金)

2月20日(金)

2月27日(金)

お問い合わせ先

医療法人弘徳会 愛光病院心理科(直通)

046-296-5286