

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

開始日 2023年7月28日(金)より

時間 毎週金曜10:15~12:30

会場 本厚木駅前こころの相談室

## 講座内容

7月28日(金) 第一回 認知行動療法とは

8月4日(金) 第二回 自己理解編

8月18日(金) 第三回 認知編

8月25日(金) 第四回 認知編

9月 1日(金) 第五回 行動編

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**