

スキルアップグループ予定表

毎週木曜日午後3時から2時間
場所:長谷川メンタルヘルス研究所
代官山カウンセリングルーム

9月15日	感情調節スキルモジュール	第1回
9月22日		第2回
9月29日		第3回
10月6日		第4回
10月13日		第5回
10月20日		第6回
10月27日		第7回
11月10日		第8回
11月17日	対人関係スキルモジュール	第1回
11月24日		第2回
12月1日		第3回
12月8日		第4回
12月15日		第5回
12月22日		第6回
1月5日		第7回
1月12日		第8回
1月19日	辛さに耐えるスキルモジュール	第1回
1月26日		第2回
2月2日		第3回
2月9日		第4回
2月16日		第5回
2月23日		第6回
3月1日		第7回
3月8日		第8回

過去の実施履歴はこちら

<http://www.positive-mh.org/contents/skillup2011.html>