

日付： 年 月 日

セッション8 中間まとめ

これまでのセッションで学んだことを復習しましょう。
どのセッションが良かったですか？またどのセッションが難しかったですか。後半のセッションをすすめるにあたり気になることをセラピストと話し合ってみましょう

セッション1 動機付け・目標設定

セッション2 心理教育

セッション3 ケースフォーミュレーション

セッション4 リラクゼーション

セッション5 注意シフト

セッション6 安全行動分析

セッション7 認知再構成