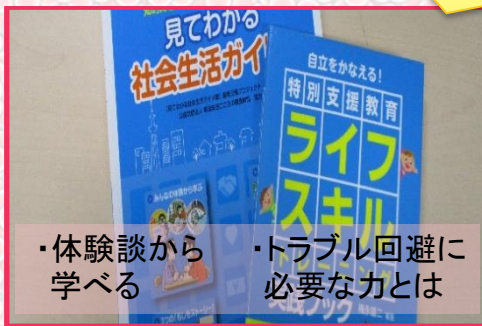


# 本の貸し出し

しています

SST(ソーシャルスキルトレーニング)  
についての本がたくさんあります。



だいじょうぶ自分でできる…

- ・怒りの消去法
- ・心配の追い払い方
- ・こだわり頭のほぐし方
- ・後ろ向きな考えの飛びこえ方
- ・眠れない夜とさよならする方法
- ・嫉妬の操縦法
- ・失敗の乗り越え方
- ・悪いくせのカギのはずし方

- A : 場面の認知と予測と対処
- C : 社会的な常識と許される範囲の行動の認知
- E : OK場面とNG場面の対比 etc…



