

2月 リワーク・ディケアプログラム

	月	火	水	木	金	土	
						1	
午前						アサーション SST	休職予防 プログラム
午後						うつCBT	セルフエスティーム CBT
	3	4	5	6	7	8	
午前	社会生活リズム	問題解決技法SST	Better Solution SST	就労SST	Better Solution SST	アサーション SST	休職予防 プログラム
		OW	OW	OW	OW		
午後	セルフエスティームCBT	復職準備ミーティング (心理)	セルフエスティームCBT	社交不安CBT	認知再構成法	うつCBT	セルフエスティーム CBT
		OW	OW	OW	OW		
	10	11	12	13	14	15	
午前	社会生活リズム	建国記念日	Better Solution SST	就労SST	Better Solution SST	アサーション SST	休職予防 プログラム
			OW	OW	OW		
午後	セルフエスティームCBT		ヘルスプロモーション	社交不安CBT	認知再構成法	うつCBT	セルフエスティーム CBT
			OW	OW	OW		
	17	18	19	20	21	22	
午前	社会生活リズム	問題解決技法	薬について学ぼう	就労SST	Better Solution SST	アサーション SST	休職予防 プログラム
		OW	OW	OW	OW		
午後	セルフエスティームCBT	復職準備ミーティング (MSC)	セルフエスティームCBT	社交不安CBT	認知再構成法	うつCBT	セルフエスティーム CBT
		OW	OW	OW	OW		
	24	25	26	27	28	29	
午前	天皇誕生日振替休日	問題解決技法	Better Solution SST	就労SST	Better Solution SST	アサーション SST	休職予防 プログラム
		OW	OW	OW	OW		
午後		復職準備ミーティング (MSC)	セルフエスティームCBT	リワーク報告会	リワーク報告会	うつCBT	セルフエスティーム CBT
		OW	OW				

OW:オフィスワーク(自習)