

3月 リワーク・ディケアプログラム

	月	火	水	木	金	土	
	2	3	4	5	6	7	
午前	社会生活リズム	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	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		
	9	10	11	12	13	14	
午前	社会生活リズム	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	セルフエスティームCBT	復職準備ミーティング (心理)	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		
	16	17	18	19	20	21	
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	春分の日	アサーション SST	休職予防 プログラム
		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		うつCBT	セルフエスティーム CBT
		OW	OW	OW			
	23	24	25	26	27	28	
午前	社会生活リズム	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	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	報告会	報告会	うつCBT	セルフエスティーム CBT
		OW	OW				
	30	31					
午前	社会生活リズム	問題解決技法					
		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)					
		OW					

4月土曜PMはMDI(双極性障害心理教育)です。 OW:オフィスワーク(自習)