

8月 リワーク・デイケアプログラム

	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						双極性障害の 心理教育	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	ストレスマネジメント	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	不安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	アンガー コントロール	認知再構成法	双極性障害の 心理教育	セルフエスティームCBT
		OW		OW	OW	OW		
	10	11	12	13	14	15		
午前	山の日	問題解決技法	ストレスマネジメント	薬について	Better Solution SST	アサーション SST	休職予防 プログラム	
		OW	OW		OW			
午後		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	アンガー コントロール	認知再構成法	双極性障害の 心理教育	セルフエスティームCBT
	OW	OW	OW	OW	OW			
	17	18	19	20	21	22		
午前	社会生活リズム	問題解決技法	ストレスマネジメント	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	不安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	アンガー コントロール	認知再構成法	双極性障害の 心理教育	セルフエスティームCBT
		OW	OW	OW	OW	OW		
	24	25	26	27	28	29		
午前	社会生活リズム	問題解決技法	ストレスマネジメント	就労SST	Better Solution SST	アサーション SST	休職予防 プログラム ～茶話会～	
		OW	OW	OW	OW			
午後	不安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	双極性障害の 心理教育	セルフエスティームCBT	
		OW	OW					
	31							
午前	社会生活リズム							
午後	不安CBT							

9～11月土曜PMはうつCBTです OW:オフィスワーク(自習)