

9月 リワーク・ディケアプログラム

	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
午前		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
		OW	OW	OW	OW	休職予防 プログラム
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
		OW	OW	OW	OW	うつCBT
	7	8	9	10	11	12
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
		OW	OW	OW	OW	休職予防 プログラム
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
		OW		OW	OW	うつCBT
	14	15	16	17	18	19
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	薬について	Better Solution SST	アサーション SST
		OW	OW		OW	休職予防 プログラム
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
		OW	OW	OW	OW	うつCBT
	21	22	23	24	25	26
午前	敬老の日	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
		OW	OW	OW	OW	休職予防プログラム ～茶話会～
午後		復職準備ミーティング (院長)	セルフエスティームCBT	報告会	報告会	うつCBT
		OW	OW			セルフエスティーム CBT
	28	29	30			
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	21日(敬老の日)はお休みで、 22日(秋分の日)のディケアはあります。		
		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			
		OW	OW			

9～11月土曜PMはうつCBTです OW:オフィスワーク(自習)