

4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 | 6 | | |
| 午前 | ストレスマネジメント | 就労SST | アサーションSST | 問題解決技法 | Better Solution SST | アサーション SST | 休職予防 プログラム | |
| | OW | OW | OW | OW | OW | | | |
| 午後 | 不安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 | 双極性障害の心理教育 | | |
| | OW | OW | OW | OW | OW | | | |
| | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | | |
| 午前 | ストレスマネジメント | 就労SST | アサーションSST | 問題解決技法 | Better Solution SST | アサーション SST | 休職予防 プログラム | |
| | OW | OW | OW | OW | OW | | | |
| 午後 | 不安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 | 双極性障害の心理教育 | | |
| | OW | OW | OW | OW | OW | | | |
| | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | | |
| 午前 | ストレスマネジメント | 就労SST | アサーションSST | 問題解決技法 | Better Solution SST | アサーション SST | 休職予防 プログラム | |
| | OW | OW | OW | OW | OW | | | |
| 午後 | 不安CBT | 復職準備ミーティング (MSC) | ヘルスプロモーション | 社交不安CBT | 認知再構成法 | 双極性障害の心理教育 | | |
| | OW | OW | | OW | OW | | | |
| | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | | |
| 午前 | ストレスマネジメント | 就労SST | アサーションSST | 問題解決技法 | Better Solution SST | アサーション SST | 休職予防 プログラム | |
| | OW | 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 | 薬について | 認知再構成法 | 双極性障害の心理教育 | | |
| | OW | OW | OW | | OW | | | |
| | 29 | 30 | | | | | | |
| 午前 | 昭和の日 | 就労SST | ※GWは4/29、5/3,4,5,6が祝日と振替休日の為、暦通りのお休みです。 5月2日はゴールデンウィークイベントを実施します。 | | | | | |
| | | OW | | | | | | |
| 午後 | | 復職準備ミーティング (未定) | | | | | | |
| | | OW | | | | | | |

5月予定：(月)不眠CBT (土)うつCBT 5/3GWイベント