

## 12月 リワーク・ディケアプログラム

	月		火	水	木	金	
						1	
午前	11/27		11/28	11/29	11/30	オフィスワーク	Better Solution
午後						GD -ストレス対処-	
	4		5	6	7	8	
午前	オフィスワーク	Better Solution	オフィスワーク	オフィスワーク	オフィスワーク	オフィスワーク	Better Solution
午後	双極性障害の心理教育		セルフエスティームCBT	7つのコラム	アサーションSST	GD -新聞購読-	
	11		12	13	14	15	
午前	オフィスワーク	Better Solution	オフィスワーク	薬について学ぶ	オフィスワーク	オフィスワーク	Better Solution
午後	双極性障害の心理教育		セルフエスティームCBT	ヘルスプロモーション	アサーションSST	GD -産業医面談対策-	
	18		19	20	21	22	
午前	オフィスワーク	Better Solution	オフィスワーク	オフィスワーク	オフィスワーク	オフィスワーク	Better Solution
午後	双極性障害の心理教育		セルフエスティームCBT	7つのコラム	アサーションSST	リワーク報告会	
	25		26	27	28	29	
午前	オフィスワーク	Better Solution	オフィスワーク	オフィスワーク	12/28	12/29	
午後	院長によるストレス対処		セルフエスティームCBT	7つのコラム			

GD：グループディスカッション

※月・金：午前中はベシック・リワークとアドバンス・リワークに別れてのプログラムになります