

## 10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	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	こだわり傾向CBT	復職準備ミーティング (心理)	セルフエスティームCBT	スポーツ大会	認知再構成法	うつCBT	
	OW	OW	OW		OW		
	9	10	11	12	13	14	
午前	祝日 (スポーツの日)	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		
午後	祝日 (スポーツの日)	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	
		OW	OW	OW	OW		
	16	17	18	19	20	21	
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	こだわり傾向CBT	復職準備ミーティング (MSC)	ヘルスプロモーション	薬について	認知再構成法	うつCBT	
	OW	OW		OW	OW		
	23	24	25	26	27	28	
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	こだわり傾向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	認知再構成法	うつCBT	
	OW	OW	OW	OW	OW		
	30	31	10月のリワーク報告会は30(月), 31(火)実施です。				
午前	ストレスマネジメント	就労SST					
	OW	OW					
午後	報告会	報告会					

11月予定：(月)アンガーマネジメント (土)うつCBT OW:自習