

<11月 うつ病リワークプログラム(離職者コース/復職者コース)>

	月		火		水		木		金		土
	離職者コース	復職者コース	離職者コース	復職者コース	離職者コース	復職者コース	離職者コース	復職者コース	離職者コース	復職者コース	復職者コース
	30		31		1		2		3		4
AM	心理士 プログラム 気功	/	レビュー ミーティング	心理教育	行動記録表 個別面談		働き方を考える	グループワーク	祝日		グループワーク
PM	自習 個別面談		◎ヨガ		◎ボディメンテナンス		自習	ボディスキャン			フリー
	6		7		8		9		10		11
AM	心理士 プログラム その他	/	セルフヘルプ	心理教育	行動記録表 個別面談		CBT (認知行動療法)	グループワーク	合同プログラム トークエクササイズ		グループワーク
PM	自習 個別面談		◎ヨガ		◎ボディメンテナンス		ボディスキャン その他	ボディスキャン	合同プログラム MCT		フリー
	13		14		15		16		17		18
AM	心理士 プログラム 気功	/	報連相の仕方	心理教育	行動記録表 個別面談		コンセンサス	グループワーク	合同プログラム 田中のプログラム森田療法について		グループワーク
PM	自習 個別面談		◎内田先生ヨーガ		◎ボディメンテナンス		CT	ボディスキャン	合同プログラム MCT		フリー
	20		21		22		23		24		25
AM	心理士 プログラム その他	/	SST	個別面談	行動記録表 個別面談		祝日		1分間スピーチ	/	グループワーク
PM	自習 個別面談		◎ヨガ		◎ボディケア	キャリアカウン セリング			フリー		
	27		28		29		30				
AM	心理士 プログラム 気功	/	レビュー ミーティング	/	行動記録表 個別面談		CBT (認知行動療法)	/			
PM	自習 個別面談		◎ヨガ		◎ボディケア		作業活動				

お知らせ

- ・ ◎印のプログラムは一般デイケアと合同で実施します。 運動プログラムですので着替えをお持ちください。
- ・ 新聞発表のプログラムの際には、各自で新聞記事を用意しての参加をお願いします。極端に思想的な内容は控えてください。