

<7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
	1		2		3		4		5		6
AM	心理士 プログラム 気功		CBT	心理教育	行動記録表 個別面談		セルフヘルプ グループ	グループワーク	〇 T 作業活動		グループワーク
PM	自習 個別面談		◎ ヨーガ		MCT		オフィスワーク 自習	ボディスキャン	◎ ボディメンテナンス		フリー
	8		9		10		11		12		13
AM	心理士 プログラム ボディスキャン		CBT	心理教育	行動記録表◎ 個別面談		トークエクサ サイズ	グループワーク	〇 T プログラム		グループワーク
PM	自習 個別面談		◎ ヨーガ		MCT		自習	ボディスキャン	◎ ボディメンテナンス		フリー
	15		16		17		18		19		20
AM	祝日		スピーチ・紹介	心理教育	行動記録表 個別面談		ブレインサブリ	グループワーク	新聞製作		グループワーク
PM			◎内田先生 ヨーガ		MCT		自習	ボディスキャン	◎ ボディメンテナンス		フリー
	22		23		24		25		26		27
AM	心理士 プログラム ボディスキャン		CBT (DMCT)	心理教育	行動記録表◎ 個別面談		リーダーについ て	グループワーク	SST		グループワーク
PM	自習 個別面談		◎ ヨーガ		MCT		CT・自習	ボディスキャン	◎ ボディメンテナンス		フリー
	29		30		31						
AM	心理士 プログラム 気功		レビューミー ティング	個別面談	行動記録表 個別面談						
PM	自習 個別面談		◎ ヨーガ		キャリアカウ ンセリング						

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。
- ・ 新聞製作のテーマは一週間前に掲示します。各自ご確認下さい。