

10月 リワーク・ディケア プログラム表

	月	火	水	木	金	土			
					1	2			
午前	9月27日	9月28日	9月29日	9月30日	Better Solution SST	料理	アサーション SST	休職予防 プログラム	
午後					リワーク報告会				
	4	5	6	7	8	9			
午前	アサーションSST	ストレスマネジメント	Better Solution SST	就労SST	Better Solution SST	料理	アサーション SST	休職予防 プログラム	
午後	アンガーコントロール	復職準備MT (MSC)	セルフエスティームCBT	社交不安CBT	認知再構成法				
	11	12	13	14	15	16			
午前	アサーションSST	ストレスマネジメント	Better Solution SST	就労SST	Better Solution SST	料理	アサーション SST	休職予防 プログラム	
午後	アンガーコントロール	復職準備MT (MSC)	セルフエスティームCBT	社交不安CBT	認知再構成法				
	18	19	20	21	22	23			
午前	アサーションSST	ストレスマネジメント	Better Solution SST	就労SST	Better Solution SST	料理	アサーション SST	休職予防 プログラム	
午後	アンガーコントロール	復職準備MT (心理)	ヘルスプロモーション	社交不安CBT	認知再構成法				
	25	26	27	28	29	30			
午前	アサーションSST	ストレスマネジメント	Better Solution SST	就労SST	就労SST	料理	アサーション SST	休職予防 プログラム	
午後	アンガーコントロール	復職準備MT (心理)	セルフエスティームCBT	リワーク報告会	リワーク報告会				

OW：オフィスワーク/SST：Social Skills Training/CBT：Cognitive Behavioral Therapy/フォローアップ：プログラムでの疑問点を小グループで話し合います
 【11月プログラム変更予定】月曜日：こだわり傾向CBT