11月　リワーク・デイケア プログラム表

	月	火	水	木	金	土	
	2	3	4	5	6	7	
午前	問題解決	オータムフェス	Better Solution SST	アサーションSST	Better Solution SST	料理	休職予防プログラム
	OW/フォローアップ		OW/フォローアップ	OW/フォローアップ	OW/フォローアップ		
午後	アンガーコントロール		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/フォローアップ		OW/フォローアップ	OW/フォローアップ	OW/フォローアップ		
	9	10	11	12	13	14	
午前	問題解決	ストレスマネジメント	Better Solution SST	アサーションSST	Better Solution SST	料理	with-SST / 休職予防プログラム
	OW/フォローアップ	OW/フォローアップ	OW/フォローアップ	OW/フォローアップ	OW/フォローアップ		
午後	アンガーコントロール	復職準備MT	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/フォローアップ	OW/フォローアップ	OW/フォローアップ	OW/フォローアップ	OW/フォローアップ		
	16	17	18	19	20	21	
午前	問題解決	ストレスマネジメント	Better Solution SST	アサーションSST	Better Solution SST	料理	休職予防プログラム
	OW/フォローアップ	OW/フォローアップ	OW/フォローアップ	OW/フォローアップ	OW/フォローアップ		
午後	アンガーコントロール	復職準備MT	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/フォローアップ	OW/フォローアップ	OW/フォローアップ	OW/フォローアップ	OW/フォローアップ		
	23	24	25	26	27	28	
午前	勤労感謝の日	ストレスマネジメント	Better Solution SST	アサーションSST	Better Solution SST	料理	休職予防プログラム
		OW/フォローアップ	OW/フォローアップ	OW/フォローアップ	OW/フォローアップ		
午後		復職準備MT	セルフエスティームCBT	報告会	報告会	うつCBT	
		OW/フォローアップ	OW/フォローアップ	OW/フォローアップ	OW/フォローアップ		
	30						
午前	問題解決	12月1日	12月2日	12月3日	12月4日	12月5日	
	OW/フォローアップ						
午後	アンガーコントロール						
	OW/フォローアップ						

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

日吉心療所　デイケア