

あまがいメンタルクリニック 就労と復職のためのデイケア 2022年 9月予定表

平日 デイケア										土曜日ショートケア
		1日(木)				2日(金)		3日(土)		
復職支援 <実践>グループ	就労支援 グループ	皆さま、お待ちしております(デイケア 9時~15時)。 お弁当を無料でご用意しています(毎朝9時30分申込)。				CBT(自動思考)	自己理解	CBT(自動思考)	ストレス マネジメント	ゆっくりストレッチ 9:30-10:15
復職支援 <標準>グループ						対人関係療法		CBT		
グループ共通						グループミーティング		ヨガ		
5日(月)		6日(火)		7日(水)		8日(木)		9日(金)		10日(土)
新聞ワーク	生活と就労 講座	CBT	エンカウンター	抄読会	CBT	問題解決法	ストレス マネジメント	CBT	自律神経を 整える ぬり絵	オフィスワーク 9:30-10:10  認知行動療法 10:20-11:10  リラクゼーション 11:20-12:00
コラージュ		自律訓練法				書道				
12日(月)		13日(火)		14日(水)		15日(木)		16日(金)		
スピーチ	CBT	ストレスマネジメント	健康と生活 講座	キャリア講座	アサーション	CBT(自動思考)	パソコン 教室	CBT(自動思考)	心のもやもや 解消法	呼吸法 9:30-10:15
工 作		写 仏				コミュニケーション ゲーム		アートセラピー		
19日(月)		20日(火)		21日(水)		22日(木)		23日(金)		
(敬老の日 お休み)		健康と生活講座	行動活性化	スキルトレーニング (マインドフルネス)	リラクゼーション	スキーマ	工 作	(秋分の日 お休み)		オフィスワーク 9:30-10:10  認知行動療法 10:20-11:10  心を整えるぬり絵 11:20-12:00
		椅子に座って ストレッチ				美 術				
26日(月)		27日(火)		28日(水)		29日(木)		30日(金)		
心のもやもや 解消法	ちぎり絵	CBT	マインド フルネス	キャリア講座	自分 思いやり ワーク	ストレスマネジメント	天声人語	スキルトレーニング (感情調節)	スピーチ	
ナースの健康講座		自主運営				グループワーク		太極拳		私は先生

【プログラム説明】 CBT(認知行動療法)とは、思考の偏りを修正し、機能的行動を起こすことを目指すプログラムです。

※プログラムは、当日の状況によって、グループ合同で、または分けて行うことがあります。