

目黒駅前リワーク・就労サポートデイケアのご案内

- 在職の社会人の方で過重労働や職場のストレスにより疲労してうつ病・うつ状態となった方々、および就労を考えている方を対象とした社会適応レベル改善のための集団プログラムを行っています。
- 症状は落ち着いたが、働くにはまだ体力・集中力が足りない患者さんや、対人関係に自信のない方に、ステップアップをして頂くプログラムです。
- 復職就労がゴールではなく、復職就労後に再発予防ができるような人間成長を促すための、心理教育プログラムや、各種ミーティング等を行います。

プログラム

	月	火	水	木	金
午前 9:30～	ウォーミングアップ・ジョイントミーティング				
午前 10:30～12:00	表現法	ミーティング	ミーティング 又は心理教育	アート	ミーティング
12:00～13:00	食事・休憩				
午後 13:00～15:30	ミーティング 又は心理教育	サイコロラマ	CBT レッスン (心理教育)	英会話 又は心理教育	ジャズダンス
一日の振り返り					



※復職・就労後、土曜日にフナーアッププログラムも実施しています。