

ステップアップ プログラム

このプログラムでは、社会復帰の準備を目的として、多彩なプログラムを行なっていきます。毎回、様々な専門スタッフが講師を務めていきます。

11月のスケジュール

11月 5日(木) 心理教育ミーティング

講師:公認心理師

「入門！認知行動療法」を行います。今回のテーマは「バランス思考を目指そう！」です。

11月 12日(木) 拡がる活動

講師:作業療法士

拡がる活動では、答えが無限にあるような課題に取り組むことで、凝り固まった頭を柔らかくほぐしていきます。

11月 19日(木) メタ認知トレーニング⑥

講師:公認心理師

テーマ「決断は急がずに Part2」

11月 26日(木) 暮らしの教室

講師:デイケアスタッフ

テーマ「スマホ・インターネットとの付き合い方」スマホやインターネットに潜むリスクや、それらとの安全な付き合い方について話し合っていきます。

場所:デイケア室 時間:10:00～11:00

*ご興味のある方は、主治医までご相談ください。
新型コロナウイルス感染予防の観点から、当面の間、体験参加はご遠慮いただいております。