

精神科リハビリテーションセンター

今回は**復職準備型グループ**を紹介します。

復職準備型グループの特徴・コンセプト

* 現在休職中で復職を目指している方が対象です。

* 復職準備型グループでは、復職支援に特化したリハビリを通じて、円滑な職場復帰と再休職予防を目指しています。

復職準備型グループの1週間の流れとプログラム

	月	火	水	木	金
9:00~	タイムカード・活動準備・体調確認など				
9:15~	朝礼（連絡事項の共有・スケジュール確認）・ラジオ体操				
9:30~	自主活動（個別課題など） 				
10:30~	運動系プログラム  復職に向けた体力づくりをスポーツを通して取り組む。	コミュニケーショントレーニング グループワークなどを通して、他者とのコミュニケーションの練習を行う。	リワークミーティング  復職の不安・悩みなどを共有し、解決方法を見出していく。	認知行動療法／WRAP 認知行動療法とWRAP（元気回復行動プラン）を隔週で交互に学ぶ。	1週間の振り返り個別課題発表 仕事の取り組み方の振り返り等、期限内に個別課題をまとめ、発表する。
13:30~	個別面談／課題 リハビリ状況や目標、課題の共有、復職への手続きの確認などを行う。	認知機能リハビリ 認知機能（集中力、記憶力、作業効率など）の改善プログラム。	リワーク心理教育 疾病理解や症状の自己管理が出来るよう、ストレス対処などを学ぶ。	認知機能リハビリ 	リラクゼーション／プレミアムフライデー *休憩やリラクゼーション方法の練習。 *余暇や気分転換の幅を広げる様々な活動を楽しみながら行う。
15:30~	自主活動（個別課題など） 				
16:30~	終礼（連絡事項・1日の振り返り・気づきの共有など）				

興味のある方、見学や利用をお考えの方は、スタッフまで気軽にご相談ください。

☎ 055-282-2151