

2023年5月 [自己理解プログラム] 予定表

※ **完全予約制(8名限定)・10:00～11:30** のプログラムです。参加希望の方は、まず主治医までご相談下さい。

	月	火	水	木	金	土	日
AM	1	2 アンガーマネジメント	3 憲法記念日	4 みどりの日	5 こどもの日	6	7
PM							
AM	8	9	10	11 (リクエスト) 「やりたいこと」 のを見つけ方	12	13	14
PM							
AM	15 (リクエスト)	16 WRAP -元気回復行動プラン-	17	18	19 (リクエスト) REST(休息) -生活習慣から考える①-	20	21
PM							
AM	22	23	24	25 メタ認知トレーニング -原因帰属-	26	27	28
PM							
AM	29	30	31				
PM							

※各回の進行状況によっては、予定を変更することもあります。事前にご了承下さい。

(リクエスト)
