

作業療法週間プログラム（入院の方を対象としたプログラムです）

	月	火	水	木	金
午前	個別創作	カラオケ	卓球	共同創作-1	音楽体操
	自主活動	軽スポーツ	地域活動	共同創作-2	女性グループ
	運動活動	デイケア移行プログラム	運動活動	リラックス	運動活動
	認知療法	アંગ-マネジメント			目標設定
午後	個別創作-1	リラックス	カルチャー	ストレッチ体操	個別創作
	個別創作-2	マイサークル	アートセラピー	ストレスマネジメントグループ	音楽体操
	生活支援プログラム	カラオケ	なごみ会	音楽体操	ラコンテ広場
			共同創作	レクリエーション	

■ …作業療法処方と別途に主治医の指示が必要な活動です

活動紹介 認知行動療法的アプローチの活動紹介です

活動名	目的	具体的内容
認知療法	自分の物事の捉え方や考え方の傾向を知る 考え方の幅を拡げ、対処法を増やし、気分のコントロールができるようになる	グループワーク (リフレーミング・コラム法等)
アંગ-マネジメント	「怒り」をコントロールする	グループワーク (怒りのタイプ診断・攻撃的特性の傾向の確認 等)
ストレスマネジメント	気分障害対象。病気やストレス、治療などに対する正しい理解をする機会とし、対処方法を増やし、再発を予防する	講義・グループワーク (病気・睡眠・服薬・栄養・社会資源 ストレス・作業療法)
マイサークル	統合失調症対象。再発再入院予防	1週間の振り返り・グループワーク
なごみ会	統合失調症対象。病気やストレス、治療などに対する正しい理解をする機会とし、対処方法を増やし、再発を予防する	講義・グループワーク (病気・服薬・社会資源・ストレス)
女性グループ	女性だけの気軽な雰囲気の中、身体のリラックス、対人関係、生活習慣の改善を図る	リラクゼーション・コミュニケーション 問題解決技法 など
リラックス	いろんな感覚刺激を利用したリラクゼーションの体験を通して、身体感覚の回復や気分のコントロールを図る	呼吸法・アロマセラピー・足浴 ホットパック・ストレッチ