

復職支援アカデミー

2010年10月26日(火)、「復職支援アカデミー(第1期)」の第1回目が開催されました。お寒い中にご参加いただきました参加者の方々、お疲れ様でした。

当日は、お互い初対面同士ということもあり、最初は緊張した面持ちでしたが(これはとても自然なことですが)、次第に場の雰囲気慣れて、打ち解けてこられた様子でした。

さて、今回は、中井准教授より、「うつ病の知識と理解」(①うつ病って?、②うつ病の治療、③うつ病の再発予防、④職場復帰について)というテーマで、パワーポイントを使用しながら説明していただき、まずはうつ病という病気を知ることを初回の目標としました。



このアカデミーでは、あまり堅苦しくなく、楽な姿勢で参加しながら、それぞれの参加者の方がご自身にとって有用と思われることを取り入れて、今後に役立てていただければ、と考えております。

次回、11月2日(火)では、うつ病に効果的といわれている「認知行動療法」を実体験していただく予定です。

お知らせ

復職支援アカデミーでは、第2期(2011年1月以降予定)の参加申し込みを受付中です。ご興味・ご関心のある方は、[03-5421-5444](tel:03-5421-5444) (10:00~18:00)までご連絡ください。お待ちしております。