

# 第4期も、無事に終了しました！

## 復職支援アカデミー

### 活動報告

**少人数制**による「復職支援アカデミー」（第4期）は2011年11月21日～12月16日まで全8回を開催し、無事に終了いたしました。

非常にお寒い中、そして、午前中の早い時間からの開催にもかかわらず、ご参加の皆様方は、1日も休むことなく頑張って参加されました。

この第4期に参加されたメンバーの方々は、復職支援アカデミーにてストレスマネジメントを身につけたい、といったご希望が多かったことから、ストレス解消法の見つけ方や、ストレスの元凶となっている問題への効果的な解決の仕方をじっくり検討しました。

その結果、ある参加者の方は、アカデミーの中で検討された解決策をさっそく実行してみたところ、長い間困っていた問題が解消できたと報告され、メンバーの方々と喜びを共有できた一場面もありました。

今後とも、このアカデミーで学ばれたことを単なる理解のままだけで済ませず、実際に実践していただきながら、うつ症状に負けないようにしていただくと幸いです。

最終日は、参加者の皆様に研修修了証をお渡ししました。この修了証を見ることで、「復職支援アカデミー」で学んだことを思い出すきっかけになれば幸いです。

参加者の皆様、大変お疲れ様でした。無事、復職を果たされることを心よりお祈り申し上げます。

(2011年12月20日 准教授 岡田)

「復職支援アカデミー」（第5期）は、2012年春ごろの開催を予定しております。詳細が決まり次第、各医療機関へのご連絡、心理臨床センターHPへの掲載を致します。