

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag		
08:15	Aufnahmetag						
08:30	Wochenanfang Wochenziele	Entspannungsübung	Progressive Muskelentspannung	Entspannungsübung	Bewegung		
09:00		Visite Chefarzt und leitende Psychotherapeutin		Selbstfürsorge	Bewegungsgruppe	Ergotherapie	
09:30	Selbstfürsorge		Selbstfürsorge				
10:00				Psychotherapiegruppe	Gruppe Stress & Resilienz		Selbstfürsorge
10:30	Ergotherapie	Einzels psychotherapie	Arzt offene Sprechstunde	Schematherapie Wochenrückblick			
11:00					Einzels psychotherapie	Achtsamkeitstraining	Backgruppe
11:30							
12:00	Einzels psychotherapie	Ergotherapie	Achtsamkeitstraining	Backgruppe			
12:30	Mittagspause	Mittagspause	Mittagspause	Mittagspause	Mittagspause		
13:00	Mittagspause	Mittagspause	Mittagspause	Mittagspause	Mittagspause		
13:30	Selbstfürsorge	Selbstfürsorge	Selbstfürsorge	Selbstfürsorge			
14:30	Bewegung  Yoga	Psychotherapiegruppe	Aussenaktivität Bewegung	Einzels psychotherapie	Bodyscan		
15:00					Tagesfeedback	Expositionstraining	Wochenabschluss Wochenreflektion
15:30							
16:00							
16:30							

**Beispiel Wochenplan Linden-Tagesklinik**