

2020年4月～2021年3月

第8期 土曜コース プログラム予定表

開催日：第1・3土曜日 9:30～12:30

回数	日付		プログラム
1	4月4日	第1	オリエンテーション・C1:「自己紹介」
2	4月18日	第3	C2:「コミュニケーションについて」
3	5月16日	第3	C3:「あいさつ・会話を始める」
4	6月6日	第1	E1:「障害理解」・D1:「発達障害とは？」
5	6月20日	第3	C4:「会話を続ける」
6	7月4日	第1	C5:「会話を終える」
7	7月18日	第3	C6:「表情訓練」・D3:「相手の気持ちを読む」
8	8月1日	第1	D2:「ピア・サポート①」
9	9月5日	第1	E2:「感情のコントロール ①不安」
10	9月19日	第3	E3:「感情のコントロール ②怒り」
11	10月3日	第1	E4:「社会資源」
12	10月17日	第3	C7:「頼む／断る」
13	11月7日	第1	D4:「相手への気遣い」
14	11月21日	第3	E5:「ストレスについて(KJ法)」
15	12月5日	第1	E5:「ストレスについて(対処方法)」
16	12月19日	第3	D5:「ピア・サポート②」
17	1月16日	第3	C8:「アサーション(非難や苦情への対応)」
18	2月6日	第1	E6:「自分の特徴を伝える①」
19	2月20日	第3	E7:「自分の特徴を伝える②」
20	3月6日	第3	C9:「感謝する、ほめる」 振り返り／卒業式



本プログラムは、昭和大学発達障害医療研究所のマニュアルに沿って進めてまいります。
プログラム内容は予告なく変更になる可能性があります。ご了承ください。

◆ 実施日時：第1・第3 土曜日 9:30～12:30
(※連休中などは休みの場合もありますので、ご不明な場合はお問い合わせください。)

◆ 欠席などのご連絡について

電話番号：03-3260-9171

連絡受付時間：平日9:00～17:00、土曜日9:00～12:00(第1、第3、第5)

※ あらかじめ欠席がわかっている場合は、できるだけ前日までにお知らせください。

※ 当日の欠席・遅刻のご連絡は、やむを得ない事情を除き、できるだけ9時～10時の間にお願いいたします。

※ ご連絡なく欠席した回数が3回になった時点で、原則デイケアの登録は解除させていただきますので、ご注意ください。

🌸 プログラム内容

【コミュニケーション
プログラム(C)】

コミュニケーションにおいて大切なスキルを、
仲間とともに学びます！

【心理教育(E)】

自己理解のための講義とワークを組み合わせた
心理教育プログラムです。自己理解を深めていきましょう！

【ディスカッション
プログラム(D)】

毎回違うテーマをグループで話し合い、他の人の対応や
アイデアを参考に、自分に役立つスキルを学びます！