

# 第6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21日	第3	オリエンテーション ・ C1:「自己紹介」
2	5月19日	第3	C2:「コミュニケーションについて」
3	6月2日	第1	C3:「あいさつ・会話を始める」
4	6月16日	第3	E1:「障害理解」・ D1:「発達障害とは？」
5	7月7日	第1	C4:「会話を続ける」
6	7月21日	第3	C5:「会話を終える」
7	8月4日	第1	D2:「ピアサポート①」
8	8月18日	第3	C6:「表情訓練」・ D3:「相手の気持ちを読む」
9	9月1日	第1	E2:「感情のコントロール ①不安」
10	9月15日	第3	E3:「感情のコントロール ②怒り」
11	10月6日	第1	C7:「頼む／断る」
12	10月20日	第3	E4:「社会資源」
13	11月17日	第3	D4:「相手への気遣い」
14	12月1日	第1	C8:「アサーション(非難や苦情への対応)」
15	12月15日	第3	D5:「ピアサポート②」
16	1月19日	第3	E5:「ストレスについて(KJ法)」
17	2月2日	第1	E5:「ストレスについて(対処方法)」
18	2月16日	第3	E6:「自分の特徴を伝える①」
19	3月2日	第1	E7:「自分の特徴を伝える②」
20	3月16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無く変更になる可能性があります。ご了承ください。

## 🌸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！

\* プログラムを欠席される場合は必ずデイケアまでご連絡をお願い致します。