

第5期 土曜コース プログラム予定表



開催日：第1、3、5土曜日 9:30~12:30

回数	日付		プログラム
1	7月1日	第1	オリエンテーション ・ C1:「自己紹介」
2	7月15日	第3	C2:「コミュニケーションについて」
3	7月29日	第5	C3:「あいさつ・会話を始める」
4	8月5日	第1	E1:「障害理解」 ・ D1:「発達障害とは?」
5	8月19日	第3	C4:「会話を続ける」
6	9月2日	第1	C5:「会話を終える」
7	9月16日	第3	D2:「ピアサポート①」
8	9月30日	第5	C6:「表情訓練」 ・ D3:「相手の気持ちを読む」
9	10月7日	第1	E2:「感情のコントロール ①不安」
10	10月21日	第3	E3:「感情のコントロール ②怒り」
11	11月4日	第1	C7:「頼む/断る」
12	11月18日	第3	E4:「社会資源」
13	12月2日	第1	D4:「相手への気遣い」
14	12月16日	第3	C8:「アサーション(非難や苦情への対応)」
15	1月6日	第1	E5:「ストレスについて(KJ法)」
16	1月20日	第3	E5:「ストレスについて(対処方法)」
17	2月3日	第1	D5:「ピアサポート②」
18	2月17日	第3	E6:「自分の特徴を伝える①」
19	3月3日	第1	E7:「自分の特徴を伝える②」
20	3月17日	第3	C9:「感謝する、ほめる」
21	3月31日	第5	卒業式/ふり返り



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デイケアまでご連絡をお願い致します。