

大人の ASD のための

コミュニケーション トレーニング プログラム

GTP

「自分は周りの人と違う」「周りの人が普通にできていることが自分にはできない」。そんなふうに思い悩むことはありませんか。このプログラムでは、同じ悩みを持つ人同士が集まり、**思いや悩みを共有**したり、**自分の特性を理解**したり、「**コミュニケーション**」「**感情のコントロール**」などの新しいスキルを学習したりすることで、より自分自身に合った「**処世術**」を身につけることを目的にしています。

◇日時：毎週日曜日 10:00~11:30 全20回

◇場所：デイケア4階

◇対象：医師により **ASD** と診断されている **18歳以上の方**。

◇定員：10名

◇費用：デイケアもしくはショートケアで算定。

*参加希望の方は主治医の先生もしくはデイケアスタッフにご相談ください。デイケア利用申し込みをしていただきます。

◇日程（第5クール）

回	日時	内容	回	日時	内容
第1回	8月18日(日)	自己紹介・オリエンテーション	第11回	11月10日(日)	頼む/断る
第2回	8月25日(日)	コミュニケーションとは?	第12回	11月17日(日)	社会資源
第3回	9月1日(日)	あいさつ/会話を始める	第13回	11月24日(日)	相手への気遣い
第4回	9月8日(日)	障害理解/発達障害とは	第14回	12月1日(日)	アサーション
第5回	9月15日(日)	会話を続ける	第15回	12月8日(日)	ストレスについて
第6回	9月29日(日)	会話を終える	第16回	12月15日(日)	ピア・サポート②
第7回	10月6日(日)	ピア・サポート①	第17回	12月22日(日)	自分の特徴を伝える①
第8回	10月13日(日)	表情訓練/相手の気持ちを読む	第18回	12月29日(日)	自分の特徴を伝える②
第9回	10月20日(日)	感情のコントロール①(不安)	第19回	1月5日(日)	感謝する/ほめる
第10回	10月27日(日)	感情のコントロール②(怒り)	第20回	1月12日(日)	卒業式/ふり返り

*9月22日(日)、11月3日(日)は、祝日のためお休みです。