

学生向けコミュニケーション力 集中トレーニング・サマーコース

こんな困りごと、ありませんか？

- ・会話のコツがつかめない
- ・コミュニケーションって何だろう？
- ・頼んだり断わったりするのが苦手
- ・会話を楽しみたい
- ・自己主張がうまくできない
- ・人とうまく関わりたい など

一緒に楽しく解決しましょう！

生きる育む輝くメンタルクリニックでは、“概ね 15～25 歳までの高校生・大学生年代の皆さんを対象に、コミュニケーション練習に特化した夏季の集団プログラムを実施します。

プログラムでは、同じ悩みを持つ同年代の仲間と一緒に、コミュニケーションの悩み・工夫点などを共有しながら、コミュニケーションの練習を進めます。

プログラムへの参加を通して、自分自身についての理解を深め、自分に合った対処方法を身につけ、一緒にコミュニケーション力のスキルアップを目指してみませんか？

～プログラムスケジュール～

- ・「面談 1 回」＋「プログラム 3 回」＋「振り返り診察 1 回」の内容で構成されています。
- ・主に下記のテーマでプログラムを進めます。細かい日程などは、場合により変更の可能性があります。
(天候等による臨時の休みについては、クリニックのホームページなどで、都度ご確認ください)

回数	日付	テーマ
—	7/23 (水) AM または 7/30 (水) AM	(開始前面談) ※個別に 30 分程度
1	8/ 6 (水)	声かけ編 ～頼み方や会話の始め方～
2	8/20 (水)	話の区切り方編 ～話の終え方や断り方～
3	8/27 (水)	気分よく会話を続けるコツ ～アサーションほか～

～プログラムの流れ (例) ～

始まりの会・宿題報告
ディスカッション
心理教育
(休憩)
コミュニケーション練習
まとめ
帰りの会

前回学んだ事の実践状況について共有します。
(初回は簡単なオリエンテーションを実施します)

セリフの比較検討等を通して、より良い伝え方や対応の仕方について深めます。

スタッフから、コミュニケーション上で意識するポイントやスキルについてお伝えします。

学んだポイントを取り入れながら、ロールプレイで練習し、対処法を身につけます。

* 只今、参加者を募集中です。参加希望者は、裏面の募集要項をご確認の上で、お申し込みください。



医療法人フォスター
生きる・育む・輝く
メンタルクリニック *Nice* 梅田茶屋町

注)新型コロナウイルス感染症等の影響で変更が出る場合は、なるべく早めにお伝えします。
また、病状によってこちらの判断で参加をお断りすることがありますのでご了承ください。

※定員に達し次第、募集は締め切りとさせていただきます。

【場 所】 生きる育む輝くメンタルクリニック Neo 梅田茶屋町
(大阪市北区茶屋町 4-2 エスプライム茶屋町 2 階 レジリエンスルーム)

【対象】現在通院中の方で、コミュニケーションについて悩んでおり、主治医がプログラム参加を適当と考える方

年齢 概ね 15～25 歳までの高校生・大学生年代 人数 10 名

※プログラムの内容は連続性があるため、なるべく全ての回に参加できる方が望ましいです。
(やむを得ないお休みの場合は、事前にご相談いただきますのでご安心ください。)

【費用】 保険診療内の費用がかかります（自立支援医療が適用できます）。

（目安）	<table border="1"><tr><td>自己負担 3 割</td></tr></table>	自己負担 3 割	約 1,800 円／回	<table border="1"><tr><td>自己負担 1 割</td></tr></table>	自己負担 1 割	（自立支援医療適用）	約 600 円／回
自己負担 3 割							
自己負担 1 割							

※状況により、若干の料金変動がございます。

※開始前面談は、保険診療による診察料がかかります。

- ①当院通院中の方で参加を希望される方は、まず主治医までお問い合わせください。
他院通院中の方は、主治医の先生の紹介状が必要です。まずは主治医の先生にご相談ください。
- ②主治医の承諾が得られた方は、受付で申し込みを行ってください。（参加受付は連絡順です）
また、申し込み時に、以下を進めます。
〔・事前資料（申込書、目標シート）をお渡しします。ご記入の上で開始前面談に持参ください。
・受付で開始前面談の予約を取ってください。（面談＋診察で 30 分～1 時間程度お時間を頂きます）〕
- ③開始前面談で、「参加の目標」や「参加に際しての不明点」等を整理します。
- ④全 3 回のプログラムを受講いただき、練習等を行います。

受付場所：生きる育む輝くメンタルクリニック Neo 梅田茶屋町 受付
（電話の場合は、06-6371-8070まで）
受付時間：月～金 9：30～12：30、14：00～17：00
担 当 者：加藤・岡本（精神保健福祉士）、丸山（心理士）