



# 発達障害専門プログラム



(コミュニケーションカアップコース)のご案内

## こんな困りごと、ありませんか？

- ・会話のコツがつかめない
- ・頼んだり断わったりするのが苦手
- ・自己主張がうまくできない
- ・発達障害のことをどう周囲に伝えよう…
- ・感情のコントロール方法を身につけたい
- ・制度の活用方法を知りたい

など



## 一緒に楽しく解決できます！

生きる育む輝くメンタルクリニックでは、発達障害の方を対象とした専門プログラム(\*)を行っています。

コミュニケーションの練習や話し合いなどを通して、自分自身についての理解を深め、対処方法を身につけることができます。同じ障害を持つ仲間と一緒に、職場や日常生活上の悩み・工夫点を共有しながら、楽しく学んでみませんか？

\*昭和大学発達障害医療研究所で開発された、厚生労働省推薦の発達障害者の方向けの専門プログラムです。



## ～プログラムの流れ(例)～

始まりの会
ウォーミングアップ・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

ウォーミングアップでは、簡単なゲームを通してメンバーと楽しみながら関係を築きます。宿題報告では、前回のプログラムのテーマについて実践状況等の共有を行います。



疾病理解、対処法の検討、周囲への伝え方などを話し合い、深めます。

感情のコントロール方法やストレス、社会資源の活用法などを学びます。



会話のコツ、頼んだり断ったりする方法、自己主張などをロールプレイし、身につけます。



## ～参加者の声～

- ・他の人の視点や考え方がとても参考になった！
- ・自分と同じ悩みを持っている人がいて、自分だけじゃないんだと安心した(\*^\_^\*)
- ・毎回プログラムに参加してメンバーに会うのが楽しみ♪



\* 只今、次期の参加登録希望者を募集中です。

参加登録希望者は、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、Nico 梅田茶屋町

