

発達障害専門外来ショートケアについて

1、発達障害専門外来ショートケアとは

発達障害の特性は、その人が生まれもった「ものの感じ方・考え方・行動の仕方」などと深く結びついています。治療とは、それを根本的に変えることではなく、生活上のうまくいかないところを減らし、より良い生活が送れるよう、方策や工夫点を見つけ、自身が安定した居場所や役割を見つけることが大切です。当院のショートケアでは、「感情のコントロール」や「頼みごとの仕方・断り方」「感謝の仕方」など、対人関係場面で用いるスキルを学ぶことが出来ます。同じ症状を持つ方たちと関わり合いながら、自分自身がより生きやすくなるためのヒントを見つけていきましょう。

2、プログラムの内容

目的・目標	<ul style="list-style-type: none">・生活リズムを整える・特性理解・自分自身がより生きやすくなるためのヒントを見つける・同じ症状を持つ方との交流
実施日・時間	第2・4土曜日 9:30~12:30 (赤坂クリニック8階)
対象	<ul style="list-style-type: none">・当院外来に通院中で、主治医によりデイケア利用が適切と判断された方・対人関係の向上を目指される方
回数・期間	全21回 約1年間 (どこからでも参加可能)
年齢制限	おおむね18歳以上

3、見学について

- ・参加して頂く前に見学が必須です。ご見学の費用は頂きません。**(診察料はかかります)**
- ・ご見学当日は**医師の診察**を行って頂きます。

※ここでの診察は、当日の健康状態を確認するためのものです。お薬の処方はできません。

4、プログラムの流れ

※詳しい日程は、「赤坂クリニックホームページ」→「TOP」→「お知らせ」に掲載しておりますのでご確認ください。

回数	プログラム内容
1	オリエンテーション・C：「自己紹介」
2	C：「コミュニケーションについて」
3	C：「あいさつ・会話を始める」
4	E：「障害理解」・D：「発達障害とは？」
5	C：「会話を続ける」
6	C：「会話を終える」
7	C：「表情訓練」・D：「相手の気持ちを読む」
8	D：「ピア・サポート①」
9	E：「感情のコントロール ①不安」
10	E：「感情のコントロール ②怒り」
11	C：「頼む／断る」
12	E：「社会資源」
13	D：「相手への気遣い」
14	D：「ピア・サポート②」
15	E：「ストレスについて① (KJ法)」
16	E：「ストレスについて② (対処方法)」
17	C：「アサーション」
18	D：「ピア・サポート③」
19	E：「自分の特徴を伝える①」
20	E：「自分の特徴を伝える②」
21	C：「感謝する、ほめる」振り返り／卒業式

●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。

●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。

●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。

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。



基本的に全ての回に参加して頂く形になりますが、あらかじめ欠席が分かっている場合は、担当スタッフにお伝え下さい。

★当日の詳しい流れや料金などの詳細については、
当院でお配りしているパンフレットをご参照ください。