



プログラム紹介『大人の自閉スペクトラム症のグループ』



現在、桜の咲く丘には 10 代から 70 代までの幅広い利用者さまがおられ、疾患も様々です。近年は発達障害と診断されている方が増えており、今回初めて 1 月下旬から全 10 回に渡って『大人の自閉スペクトラム症のグループ』を実施しています。

このプログラムは、主に自閉スペクトラム症の診断を受けている方が、コミュニケーションを学び自己理解を深め自分自身に合った処世術を身に付けることを目的としています。毎回異なったテーマを用意しており、講義形式のみではなく実際にコミュニケーション場面を想定してのロールプレイングや、メンバー同士でのディスカッションも行います。

例えば『あいさつをする』というテーマでは、①感情を込めずにあいさつをする、②目を合わせたり明るい表情などのスキルを使ったあいさつを行うなど、実際に体験する中でどのように感じたかを伝えあうことでさらなる気づきを促します。仲間と共に新たな体験をすることもこのプログラムの目的の 1 つです。他者と関わる体験を積み重ねて、同じような生きづらさを共有・共感しながら、今後の生活に活用していただければと思っています。

デイケアでは、今回紹介したような学習プログラムの他に運動プログラムやトーク、調理など様々な活動プログラムを用意しています。気になる！挑戦してみたい！というものがあれば、スタッフにお声掛け・お問い合わせください。

☆テーマ内容(一部抜粋)

- ・あいさつをする/会話を始める
- ・発達障害の理解
- ・表情訓練/相手の気持ちを考える
- ・非難や苦情への対処
- ・自分の特徴を伝える など

大人の自閉スペクトラム症 (ASD) の特徴

