

2023後期 コミュニケーショントレーニング教室 予定表

		日 付	テーマ
1	導入編	10/12 (木)	オリエンテーション ～自己紹介・他己紹介で互いを知ろう～
2	会話基本編	10/19 (木)	会話のキャッチボールを始めよう ～あいさつの工夫と笑顔で印象UP～
3		10/26(木)	相手の気持ちを考えてみよう ～言葉の裏にある思いは?～
4		11/2 (木)	話を続けよう ～傾聴と質問のコツって?～
5		11/9(木)	個人面談
6	自己理解編	11/16(木)	発達障害について学ぼう① ～自分の特性を知ろう～
7		11/30(木)	発達障害について学ぼう② ～体験と知恵の分かち合い～
8	会話実践編	12/14(木)	こんなときどうする① ～上手な頼み方と断り方～
9		12/21 (木)	こんなときどうする② ～上手な自己主張～
10		1/11(木)	こんなときどうする③ ～みんなの困り事から～
11		1/18 (木)	個人面談
12	感情編	1/25(木)	怒りの感情を知ろう ～アンガーマネジメント～
13		2/8(木)	不安の感情を知ろう ～認知行動療法に挑戦～
14	社会生活編	2/22(木)	知っておきたい福祉制度 ～障害者自立支援法・手帳・年金制度～
15		2/29(木)	働くために必要なこと ～心構えと職業準備～
16	まとめ編	3/14(木)	私の人生を私らしく生きるために ～自分の取扱説明書を作ろう～
17		3/21(木)	座談会・修了式 ～こみゅとれを受講して～

