

大人の発達障害

ピアサポート・グループのご案内

ピアサポートの目的

ピアサポートとは、「同じような立場にいる人のサポート」を指します。発達特性によって、日常生活の中で困り事を抱えている人たちで話をしたり、聞いてもらったりといったことを経験していきます。参加者の方たちが主体となって、話し合う中で、このグループが成長することと同時に、その経験をもとに一人一人も成長していくことを目指します。

参加資格

当クリニックでの発達障害セミナー基礎コースを修了された方。参加には予約が必要です。

グループでの基本的なルール

- ・グループが居心地のよい場所になるように、お互いが努力するように心がけましょう。
- ・他の人の意見に批判や説教はしないようにしましょう。
- ・セミナー以外の場所での交流については禁止ではないですが、相手の嫌がるようなこと（例：連絡先の交換を強要すること、プライバシーに深く立ち入ること）はしないようにお願いします。

グループの流れ

・1ヶ月の身の回りで起こったことの振り返りと報告

最近興味を持ったこと、困っていること、相談したいことなどを、一人当たり数分程度で話します。

・質疑応答・話し合い

みなさんが、話したいことや聞いてみたいことを自由に話し合ってください。グループを担当する心理士は、進行がスムーズにいくように発言はしますが、特別な指示などはいりません。

たちメンタルクリニック