



リンクス スマイル通信

2017年6月・7月号

2017年7月31日発行
リンクスマンタルクリニックデイケア
〒224-0001
横浜市都筑区中川1-10-2
中川センタービル303
TEL 045-912-5851

院長主催 ストレス対処プログラム

7月より、青山院長先生主催のプログラムが始まりました。これまでも就労支援に関する講演会等、イベントとして時折院長先生主催のプログラムは行われていましたが、これからは毎週土曜日に固定で行われることになりました。内容は「ストレスとは」という難しそうな内容で始まっているものの、開催が土曜日ということもあってとても楽しい雰囲気で行われていて気軽に参加することができました。また、デイケア内で話を聴くだけでなく、カフェに行ってゆったりしながらみんなで話をする機会もありました。院長先生とこんなに近くでゆっくりと話をすることははじめてかもしれません。来月は「焼肉」に行く企画もあるということなので今からとても楽しみです♪

ストレス対処 & 余暇プログラム



医療法人一連会 リンクスメンタルクリニック
青山 洋

ストレスにどう向き合っていますか？
その中で
自分の時間をどのように過ごしていますか？

みやびサロン-生花



お知らせ

7月から日吉病院のデイケアスタッフの方2名がリンクスデイケアに異動してきました。それに伴い、これまで生花を担当していたリンクスの職員さんが8月に日吉病院のデイケアに異動する予定です。左に載せている「生花」は7月で一旦お休みになりそうです。



第4回学習プログラムの紹介

アサーションSSTプログラム

「自分も相手も尊重しながらしっかりと自分の言いたいことを伝えていく」ための練習としてアサーションSSTも行っています。攻撃的・受身的・作爲的・アサーティブの4つの態度に分けて様々なパターンのコミュニケーションを考えていきますが、どのようにしたらアサーティブなコミュニケーションになるのか、なかなか難しいプログラムです。

