

2022

「悩む」って大切！

「悩むこと」ってとても大切だよ！
もちろん戻って考え直しても、OK!!



それぞれの目標へ!!



第11号

(令和4年1月4日)

発行: DiCE

皆さんこんにちは。デイケア通信編集メンバーの『DiCE (ダイス)』です。今回はメインテーマの決定にかなり難航しました。「新年だからメンバーの今年の目標を載せたい」「読んでくださる人に共感してもらえらる内容は？」「デイケアのことを知らない人に向けての発信が多かったけど、デイケアメンバーに向けての内容でもいいのでは」などなど、考え始めると全然まとまらずに、日常生活でもこうして行き詰まることってあるよね、読者の方にもきつとあるはずと、とりあえずテーマは保留のまま、自分たちの今年(昨年)の葛藤、悩んだ経験とそこから得られた来年(今年)の目標について話し合いました。そうやって皆で話してみると「より良くしたいから皆悩むんだな」「悩んだ末の答えは一つじゃない、だからおもしろい」と「悩むこと」の良さにも気付くことができました。皆さんも私たちと同じように悩んだり、行き詰まることがあるかもしれませんが、そこから次の目標が見えたらぜひ教えてほしいです！



デイケアイメージです

がんばるぞい



うつが再発。
とにかく話を聞いてもらった。
薬を調節してもらった。

「作業所辞めます」がなかなか言えなかった。周りに宣言して自分を追い込んだけど半年かかった。いざ言ってみるとスタッフも今後について一緒に考えてくれた。

入院してしまった。
主治医がハッキリ伝えてくれたことで切り替えれた。
目標を立てる事が出来た。



プログラムで対処法を考えただけど、その方法が使えなくなった。新たな対処法を模索中。

今回の編集長なっちゃんの言葉

今回のデイケア通信では、DiCEメンバーのネタが尽きてしまったのか、テーマ決めの時点でなんと2ヶ月もかかってしまいました。(；^ω^)私だけ一倍焦っていましたが、何とか発行できました。編集長をしてみて「もう少し周りの落ち着き具合に合わせた方がよかったかな〜笑」と自分の学びになりました！(あ、制作途中にふあ〜と私だけ寝てたって事は内緒で(*^*)v)

スタッフ紹介⑪

第11回目はさわやか系イケメン、心理士の芦田さんを紹介します。芦田さんはいつも落ち着いていて、穏やかで、さりげなく何でもさらっとこなされます。優しい口調で聞き上手、話し上手、噛んだのを聞いたことがないので、早口言葉も上手なのでは・・・？
でもたまに話を聞いていないのか、聞いていないフリなのかぼんやり、ニコニコしている時があります。いつも丁寧に的確なアドバイスをくれるので、私たちの考え過ぎですね(^-^; まだまだ謎が多い芦田さんですが、これからも調査を続けたいと思います。

