

## プログラム事例

ソーシャルスキルトレーニング（SST）に取り組んでいる事業所の、実際の実践事例を紹介します。

## プログラム事例① “相談してみよう”

### 子どもの課題

#### ✓ 積極的な行動が苦手

- ・不安感が強く、自分の行動に自信がもてない
- ・見通しを立てることが苦手で、相談できない



#### ✓ 不安がパニックにつながる

- ・不安になると衝動的な行動をとってしまう
- ・相談することで不安が解消するとわかっているにもかかわらず、相談する手順や内容をまとめることが苦手

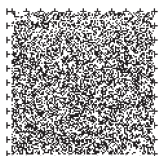
### プログラムのねらい

#### ✓ 自分の不安や苦手なことへの対処法を理解する

- ・不安な状況に対する見通しを立てやすくする
- ・信頼できる人に、不安や苦手なことを相談できるようにする

#### ✓ 相談することでのメリットをイメージする

- ・上手に相談できることで得られるメリットをイメージすることで、実際に困ったときに行動を起こせるようにする



## 実施内容

- ①プログラムの目的やメリットを参加者全員に伝える
- ②参加者同士で「不安を感じる時」を発表しあい、どんなことがあれば不安を解消できるかディスカッションする
- ③ディスカッションを踏まえて、参加者一人一人に、不安になったときに「相談する人」「何と伝えるか」「相談することで得られるメリット」をワークシートに記入してもらう

### <工夫したこと>

- ・練習することで得られるメリットを最初に伝える
- ・不安なことを発表することに抵抗がある子どもが多いときは、支援員が発表してモデルをみせる
- ・ワークシートで考えを整理することで、ディスカッションの内容をより理解できるようにする

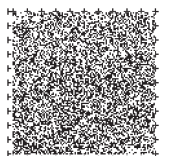


## 子どもの変化

- ✓ **人に相談することに積極的になる**
  - ・相談することで得られる良いイメージが、悩みを伝える動機になる
- ✓ **相談するときの手順が思い浮かぶ**
  - ・「誰に」「どのように伝える」といった手順の知識を活かせる

## 支援のポイント

- ◇ **相談すると「良いことがある」と理解してもらうことを優先**
- ◇ **「周りが助けてくれる」ことを強調することが大切**



## プログラム事例② “感謝を伝えよう”

### 子どもの課題

#### ✓ お礼を言うべき場面がイメージできていない

- ・「助けてもらった」という状況を理解できていない
- ・「助けてもらった」ことに対して、お礼を伝えるという感覚を持っていない

#### ✓ お礼の表現がうまくできない

- ・わかっている言葉や行動に表わすのが苦手



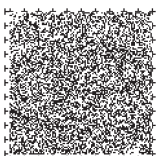
### プログラムのねらい

#### ✓ 助けてもらった、という状況を正しく理解する

- ・絵カードなどを使って、様々な状況を理解する
- ・誰が、何を、したことへの反応なのか、状況判断を身につける

#### ✓ 「ありがとう」を正しく言えるようにする

- ・適切な場面でお礼を言えるようにする



## 実施内容

- ①支援員がお礼を言うような場面の事例を、ロールプレイで示す
- ②ロールプレイの内容について、参加者と一緒に、一つ一つの行動を分解しながら、「誰が、何をした」ことに「誰が、何と言った」といった整理を行う
- ③ワークシートを使って、生活の様々な状況に対して「お礼を伝える場面」と「お礼に必要な言葉」を参加者が回答する
- ④ワークシートの答え合わせを行い、結果をフィードバックする

### <工夫したこと>

- ・ロールプレイを示す際は、ただ「ありがとう」と伝えるのではなく、「●●をしてくれて、ありがとう」など、お礼の内容を丁寧に示す
  - ・ワークシートの事例に対する参加者の理解が、プログラムの目的と異なる理解をした場合でも、その理解を否定しない
- ※「料理がおいしくて満足」を示す絵に対して、「料理を食べ過ぎてお腹が苦しい」と理解しても、参加者の理解に寄り添うことが大事

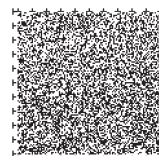
## 子どもの変化

- ✓ **お礼を伝える状況をイメージできるように**
  - ・状況判断のための経験が増えることで、イメージしやすくなる
- ✓ **お礼をいうことへのモチベーションアップ**
  - ・お礼の言い方を身につけることで、お礼を表現することに積極的になる。



## 支援のポイント

- ◇ 「自分のためにしてくれたことにはお礼を伝える」という感覚を身につけることを重視
- ◇ 「何をしてくれたのか」の正しい状況判断が大事



## プログラム事例③ “人の話をきいてみよう”

### 子どもの課題

#### ✓ コミュニケーションが苦手

- ・人と目線をあわせることや、体の向きを相手にあわせることが苦手
- ・うなずき/あいづちなどの反応が少ない



#### ✓ 自分や他者の「気持ち」への理解が薄い

- ・言葉での感情表現が苦手
- ・言語化が苦手な反面、行動やボディランゲージに出やすい

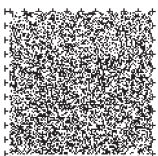
### プログラムのねらい

#### ✓ 基本的な他人とのかかわりの技法を身につける

#### ✓ 気持ちを言葉で表現することを学ぶ

#### ✓ イライラや緊張への対処方法を知る

- ・プログラムは「カウンセラーの仕事」という設定
- ・子どもたちは「カウンセラー」もしくは「クライアント（相談者）」を演じながら、自分や他の参加者の言動への気づきを深める



## 実施内容

- ①役割（カウンセラー、クライアント）の役割を決める
- ②支援者がカウンセリングの課題や聞き取り方を提示する
- ③提示された内容に合わせてカウンセラーがクライアントの相談を聞く
- ④内容どおりに聞き取れたか、子ども同士で振り返る

### <工夫したこと>

- ・ペアを作るときは、仲が良すぎず/悪すぎず、学年や語彙力に差が出過ぎない子ども同士
- ・各回で子どものそれぞれの課題に合わせたテーマを設定する
  - ※姿勢を意識する、話を最後まで聞く・・・など
- ・カウンセリングのテーマは、子どもが負担なく自己を投影できるものを設定する
  - ※現実で直面している課題は感情的になりやすい

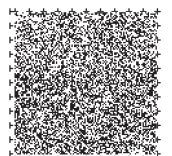


## 子どもの変化

- ✓ **子ども同士でのコミュニケーションスキルの向上**
  - ・あいづちや共感などの技法を意識して活用できるようになった
- ✓ **自分の「気持ち」への語り**
  - ・日常的な支援員への話の中でも「気持ち」を語れるようになった

## 支援のポイント

- ◇ **カウンセリング「ごっこ遊び」の中で役割を演じる**
- ◇ **子どもへのプログラム後の振り返りを具体的に**



## プログラム事例④ “買い物をしてみよう”

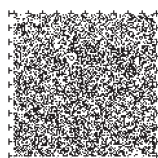
### 子どもの課題

- ✓ **一人で買い物をした経験が少ない**
  - ・ 商店のどこに、どのような商品があるかわからない
  - ・ 欲しいモノを手にとってから、どうすればよいかわからない
- ✓ **困ったときに、店員に話をしたことがない**
  - ・ 悩んだときに相談してよいのかがわからない
  - ・ どのように相談していいかわからない



### プログラムのねらい

- ✓ **つまずきを経験する**
  - ・ 買い物をすることで、何に困るのかを体験してもらう
  - ・ つまずきを克服することの達成感を体験してもらう
- ✓ **地域の人との触れあいを体験する**
  - ・ 周りの人に声をかけることを体験してもらう
  - ・ 地域の人に障害のある子どもと触れあう機会を持ってもらう



## 実施内容

- ①地域のスーパーに支援員と一緒に買い物に行く
- ②支援員は見守ることに専念し、質問されるまで口や手を出さない

### <工夫したこと>

- ・子ども自身が頑張った！と思えるように、必要以上の支援はしない
- ・店員が子どもをお客として見てもらえるように、支援員は黒子になる
- ・施設での活動に必要な買い物を任せることで、みんなの役に立っているという意識を育む

## 子どもの変化

### ✓ 買い物への好奇心の高まり

- ・家庭で買い物に行ったときに、過去に自分が買った商品がどこにあるかなど、買い物に対する好奇心が強くなった。



### ✓ 成功体験が次への弾みになる

- ・良いことや、褒められる体験をしたことで、施設での活動への意欲につながった。

## 支援のポイント

- ◇ 子ども自身のつまずきの体験を重視
- ◇ 成功させることではなく、成功したと思えることが重要

