

ソーシャルスキルトレーニング（SST）

対人関係スキル（自分を表現する、質問する、聞くなどのコミュニケーション能力）を高めることを目的とした集団訓練です。

ロールプレイやホームワークなどを用いてスキルを獲得する方法と、実際にメンバーと様々な活動を共に行うことで、互いを意識し、助け合い、認め合う体験を積み上げる方法があります。

＜ルール＞

- ・参加メンバーは、仲間として仲良くします。
- ・活動の進行を妨げたり他者に迷惑をかけたりしません。
- ・活動への参加が難しい場合は休憩できます。



S S T 活動とは

- スタッフはそれぞれのこどもの様子を観察し、継続して楽しく通えるように配慮します。回を重ねてクラスに馴染んでくると、こどもは自分本来の姿を見せるようになります。
- こどもの自由な表現力や主体性を大事にしつつ、集団におけるルールをできるだけ守れるように指示的に働きかけながら、社会的に望ましい関わり方を身につけることができるよう促します。問題となる行動が改善され、本人が自信をもつことで、学校生活が適応に向かうことが期待されます。
- 家庭での関わり方の情報を共有し、対処の方法を考えます。
こどもへの理解を深め、適切に関わるスキル（技術・能力）を高めることが目的です。



当所における S S T

ねらい：好ましい社会的行動を体験的に学んでいくこと

活動内容：遊びを通じて競争場面を作り、集団で楽しく活動するためには、感情を抑えることや相手の気持ちを考えること、適切な対応法を教えてそれを実践させるなどしています。一人一人のこどもの参加意欲を高めるため、あらかじめスケジュールを決めるのではなく、毎回その日の活動を振り返って、次回の活動内容を検討しています。

アセスメント：こどもの発達段階や心理的側面を把握するため、各種発達検査、投影法検査の結果を考慮しています。

青年期 S S T クラス

対人関係などに課題を抱える**中学生、高校生の青年を対象**として、同年代集団や異性との適切な関わり方を学ぶことを目的とした S S T を行っています。
利用者のニーズに合わせて教材を研究・開発しており、自己理解、他者理解を深めるワークなどを行っています。

良識ある青年としての心構え

自分の質の高めるための知識と向上心を持つ
人から信頼される人になるよう努めること



認知面・行動面・社会性などに弱さを持つこどもが苦手なこと

- ・ その場の状況に目を向けること
- ・ 他者の行動や思考（考えや気持ち）をくみ取ること
- ・ 気持ちを表現することやそれを他者に伝えること
- ・ 他者との折り合いをつけてくこと

思い通りに活動が進む → 楽しく参加できる。

想定外の状況に陥る → 状況がわからなくなって、大声で
自己主張したり、場から離れたりする。

集団

ずるいぞ
我慢しろよ
自分勝手だな

自分の興味ばかりを主張する。
場に応じて活動を楽しむことができない。

安心感を手に入れたい

支援の目標

「こどもが自分の特性を知り、
適切な対処行動がとれるようになること」

＜支援を考えるときに大切なこと＞

- ・先の見通しを持つ
- ・関係者間で共通理解する

こどもの発達段階に応じた課題を与える



課題の達成（積み上げていく）



こどもは自信を持って活動できるようになる

良循環



こどもに対処法を身につけさせるためには、

適切な環境作りと関わり（支援）が必要
達成感を積み上げ、自己効力感を高める

→ 対処法を学ぼうという意欲が起こります。

叱られた経験が多く、自尊心が低い子
成長して対処できる力があっても、
自分にはできないと思い込み、
いつまでも対処法が身につきません。



劣等感、抑うつ的、自暴自棄など
二次障害を引き起こすこどもの多くは、



こどもの困難さを理解しない環境にさら
されて二次的に生じる情緒や行動の問題

医療機関を受診することで、投薬による治療を行うこと
が可能になり、症状の改善が期待できる。

しかし、心の傷つきや社会性の問題、学習面の問題
などは、投薬治療だけで改善されない。

家庭と学校での本人支援や環境調整が重要

反抗的な態度のAくん

ADHD+ODD（注意欠如多動症＋反抗挑発症）

ドッチボールで外野に出ない、順番を守らないなど、ゲームのルールが守れない。

人の物を勝手に使ったり、遊びの輪に無断で入ってきて、拒否されると怒る。

なぜそうなるのか？

記憶力や判断力の弱さから、ルールを正しく理解していない。そのため、都合が良いようにルールを解釈してしまう。

ソーシャルスキルが身についていない

どのように関わればよいのかわからない。

状況を判断する力が弱い、

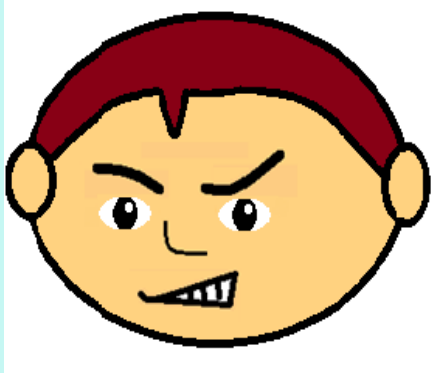
また興味のあることに気をとられて、

衝動的に行動してしまう。



ささいなことで暴力をふるう

嫌なことを言われた、思い通りにならなかったといった理由で、



暴言・暴力

後で後悔するが、その時は抑えられない

暴力や暴言が繰り返されると、他の子どもに避けられてしまう。

なぜそうなるのか？

衝動的な気持ちを抑えることができないという特性がある。

些細なことで怒るため、周囲は怒った理由がわからず、

「キレやすい怖い奴」といった悪印象をもたれる。

後で自分の行為に苦しむが周囲に理解されない。

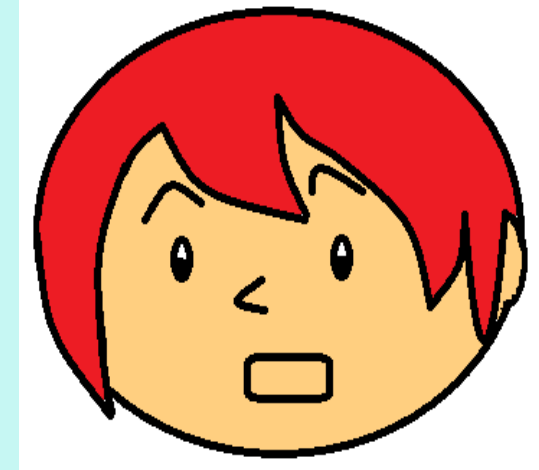
こどもを孤立させないための対策が必要



人の気持ちが読めない Bくん

ASD（自閉スペクトラム症）

見たままを口にしてしまい、
相手の気持ちを考えない行動をとる。
「太っている」「洋服が似合わない」
「この問題が解けないなんて頭悪いね」
「お前が下手だから負けたんだよ」など
言葉や表現をことばどおりに受け取り、
友達の冗談や比喻、婉曲表現の意味がわからない



なぜそうなるのか

自閉症の特徴で、規則やパターンがあることは理解できるが、人の心やあいまいなことを理解することが困難である。

SSTの効果の検討

SSTを実施した結果、**ADHDを持つこどもの不注意と多動・衝動性の両方の行動問題を減らすことに効果があり、特に、情動による衝動性の問題（感情のコントロール）と、うっかりによる不注意の問題の減少が**

認められました。

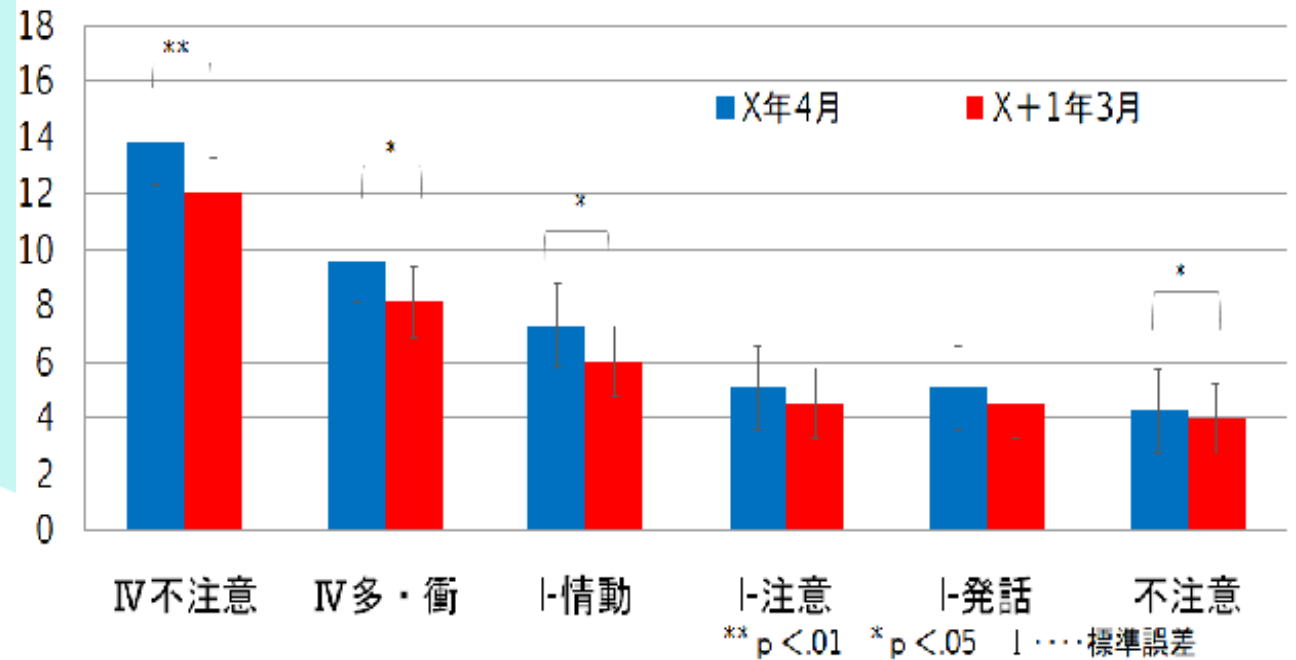
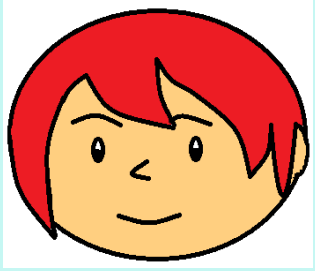


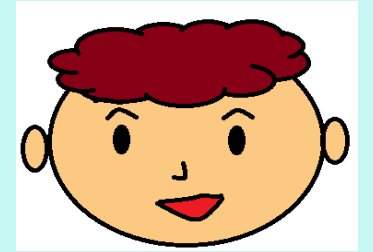
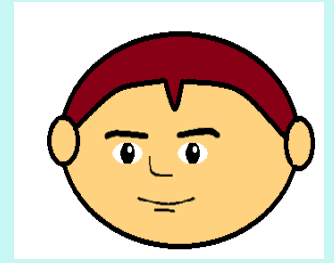
Fig.1 SST前後のADHD RS-IVとADHD-IRSの平均得点

※荒牧・堂・安原(2016)

「放課後等デイサービスにおけるSSTの効果に関する研究」
第54回日本特殊教育学会発表



課題をもつこどもへの支援は、
こどもを理解して、柔軟な発想で、
困難を少しずつ乗り越えていけるように
見通しを立てて対応していくことが大切です。
幼稚園、小学校、中学校の間になんとか
成果を上げようとするとう無理が生じることが多いです。



私たちは先の将来、いつの日か、今の関わりが
こどもの幸せにつながることを信じて、
根気強くこどもを応援していきたいと思います。

