

ソーシャルスキル・トレーニング教材集



福島県教育委員会

★ はじめに

ソーシャルスキル・トレーニング (SST) とは、子どもの希望に基づいて、対人関係に関する適切な「ものの見方」と「行動のしかた」の学習を助けていく、認知行動療法の一つです。

友達に「ごめんなさい」「いやだよ」と上手に気持ちを伝えることが難しく、友達との関係に困り感をもっている子どもはいませんか。

一見、自己表現が苦手な子どもに見えてしまうこともありますが、実は「自分ではよいことと思っていたのに、友達にとっては嫌なことだった。」「思っていることをどう伝えてよいのか分からない。」というように、相手の気持ちを推し量れず、人間関係を築くことが難しい



子どもなのかも知れません。友だちに対してどのような見方をし、どのように行動していくのかが分かると、子どもたちのコミュニケーションが変わり、よりよい人間関係が形成されていきます。

SSTは、子どもたちがコミュニケーションを体験しながら、その場に合わせた行動ができるようにしていくトレーニングです。トレーニングの中で、できないことに注目するのではなく、できたことを褒めていくことで、見方や行動のしかたを身に付けていきます。

この教材集には、短い時間でできるSSTを例示しました。それぞれの児童生徒の実態に合わせて個別、あるいは学級全員でご活用ください。



子どもと一緒に、楽しくコミュニケーションを学んでいきましょう。

それでは、トレーニングを始めましょう。





★ SSTでの学びを実生活につなげるために

SSTの時間には、生き生きと練習に取り組む子どもの姿が見られた一方で、その後の生活でSSTが活かされていないと感じることはありませんか？一度練習したからといって、すぐに行動できるわけではありません。でも、子どもの心の中には「やってみよう」という意欲があったり、勇気が出せなくて行動できなかつたりすることもあるのです。

★ 先生の「大丈夫だよ」が子どもの背中を押す

コミュニケーションの力を育てるためには、相手との関係性が大切です。だからこそ、「困っていても大丈夫」「失敗しても怒られない」という安心感の中で、何度も試行錯誤しながらコミュニケーションのスキルを高めていけるようにしていきましょう。そのためには、先生との信頼関係が欠かせません。大好きな先生に見守られ、「大丈夫だよ」「がんばっているね」と言葉をかけられた子どもは、自らSSTでの学びを生かして行動しようとしていくのです。



★ できない理由を一緒に考える

SSTでトレーニングしたのに、なぜ行動することができないのか。子どもにとって、学びを生かして行動することは、簡単なことではありません。そこで、先生と一緒に「どうすれば、できるか」を考えてみましょう。「恥ずかしくて言い出せない」のであれば、先生が「どうしたの？」と声をかけてきっかけをつくってあげる。「場面が変わる

と、分からなくなる」のであれば、隣にいて小声で教えてあげ、本人ができたらほめる。できない理由が明らかになると、子どもへの支援を具体的に考え、自信をつけてあげることができます。

★ 学びを生かすことができる場をつくり、ほめる

SST で学んだ後の数日間にフォローアップ期間を設け、少しでも行動できたら、ほめてあげることも大切です。あえて SST で学んだことを生かせる場を意図的につくり「行動しようとしたら」ほめてはどうでしょうか？ そうすることで、トレーニングした学びを生かそうと動きだし、実生活につながっていくきっかけとなるからです。何よりも、大好きな先生にほめられることで、自信になり、「もっと使いたい」「もっと上手になりたい」とさらに行動しようとする意欲が高まります。

★ 学校の教職員で「まなざし」を共有する

SST は教室だけではなく、子どもが生活するすべての場所や場面で使えてこそ意味があります。実は、SST を必要とする子ども達には、言いやすい先生と言にくい先生がいることがあります。「どうせ怒られるから言わない」と感じているとすれば、とて



も残念なことです。学校にいる教職員が同じまなざしで子どもを温かく見守り、行動しようとする姿をほめることがとても大切です。安心感に包まれた学校の雰囲気、SST での学びを実生活につなげることに繋がります。



撮影協力

福島大学大学院 人間発達文化研究科 特任教授 安部 郁子

福島大学大学院 人間発達文化研究科

福島県教育センター

ソーシャルスキル・トレーニング (SST) の流れ



- ① ウォーミングアップ
- ② モチベーション (動機付け)
- ③ モデリング
- ④ ポイントの確認
- ⑤ ロールプレイ
- ⑥ チャレンジ (般化※)
- ⑦ 振り返り、価値付け

※般化…似た場面で同じようなやり方でやってみること。ソーシャルスキル・トレーニングで学んだスキルを実際の生活でも使えるようになること。

① ウォーミングアップ

ソーシャルスキル・トレーニングに入る前に、緊張感をほぐします。

身体を動かしたりゲームをしたりして、一緒にいる友だちと楽しくトレーニングができるような雰囲気をつくりましょう。「悔しい」「負けた」等の激しい感情をもつゲームはできるだけ避け、穏やかで、温かな雰囲気をつくるのが目的です。

(例)

- ・ 仲間さがし (フルーツバスケットのように遊びながら共通点を見つける)
- ・ お絵かき (「海の中を書きましょう」等のテーマを決めてみんなで絵を描く)
- ・ どこでもドアリレー (どこでもドアを開けたらどんな世界が広がっているかを考える。想像を膨らませて自分のイメージした世界をリレー形式で伝えていく。)
- ・ じゃんけんゲーム (先生とじゃんけんをして最後まで勝ち続けた人が勝ち) 等

② モチベーション

取り組むソーシャルスキル・トレーニングの必要性が明確になるように、目的を伝えます。

(例) 「あいさつ」

「『おはようございます』は、いい気持ちになる魔法の言葉ですね。今日は〇〇さんのあいさつで元気をもらいました。」

このように、トレーニングの必要性を伝えたり、感じたりすることができるようにします。

③ モデリング

取り組むソーシャルスキル・トレーニングに沿った場面を教師がやってみます。よいモデル、よくないモデルの2通りをやってみて、違いや感じ方を考えさせます。

ややオーバーなモデリングの方が分かりやすく伝わります。

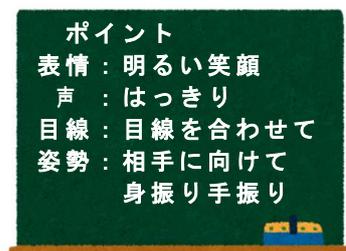
相手役や補助 (コリーダー) として一緒に取り組む教員が必要な場合は、事前に打ち合わせをしておくことが大切です。

※コリーダー…主となる教員 (リーダー) と共に進める人。補助的な役割を担い板書をしたり、ロールプレイの際の相手役となったりする。

④ ポイントの確認

よいモデリングをとおして、そのポイントとなることを子どもたちから引き出していきましょう。

子どもたちが気付くことができるように、モデリングを繰り返したり、他の教員 (コリーダー) が補足したりします。子どもたちの気付きは、ソーシャルスキル・トレーニングのポイントとして整理し、黒板や模造紙に示し、常に意識できるようにします。



⑤ ロールプレイ

順番に、全員がロールプレイを行います。

難しい時には、パスすることもできることを伝えます。

一人がロールプレイをした後は、ポイントと照らしてフィードバックし価値付けます。

また、ロールプレイの後には、みんなで拍手をして相手をねぎらいましょう。

(価値付けの例)

- ・ 目を見て言えましたね。
- ・ はっきり伝えることができましたね。

⑥ チャレンジ（般化）

子ども、一人一人が、ロールプレイを生かして具体的な目標を決めてチャレンジします。チャレンジカード等（右図参照）を活用して、実際の場面で行うことができるような課題を出しましょう。

できた時には、サインやシールを記して、励ましていきます。

毎日、チャレンジすることができないソーシャルスキルは、できた時に教師や大人に教えるように伝えましょう。

子ども自身が気付かなくても、教師ができたことを見取り、称賛することも大切です。

あいさつチャレンジカード

名前()

ポイント
表情：明るい笑顔
声：はっきり
目線：目線に合わせて
姿勢：相手に向けて
身振り手振り



○チャレンジするポイント

○あいさつをする相手

○あいさつをした人からサインをもらいましょう。

月 日	サイン

※ カードのデータはHPよりDLできますので、御活用ください。

⑦ 振り返り・価値付け

数日後に、学んだソーシャルスキルをどんな時に使うことができたか振り返り、できたことを価値付けます。



子どもの実態に合わせてソーシャルスキル・トレーニングに定期的に取り組むことで、子どもが称賛される経験を増やしていきましょう。

このようなトレーニングに取り組んでいることを学校で共有したり、家庭に伝えたりして、多くの人から励ましてもらうようにすると効果的です。まずは、楽しみながらやってみましょう。子どもたちが生きていくための多くのスキルをソーシャルスキル・トレーニングによって獲得していけるといいですね。Let's Try!

1 あいさつ

SST 指導者(教師)

ポイント

ウォーミングアップ

おはようございます。
これから、ソーシャルスキル・トレーニングを始めます。
少し体を動かしてみましょ。う。
まずは首を回します。
みんなでいっしょにやってみましょ。う。

モチベーション

今日のテーマは「あいさつ」です。

あいさつにはどんなあいさつがありますか？※1

あいさつをするとどんなよいことがありますか？※2

モデリング

学校で、〇〇先生に会ったときにするあいさつをやってみましょ。う。※3

1回目と2回目はどのように違いましたか？※4

ポイント
表情：明るい笑顔
声：はっきり
目線：目線を合わせて
姿勢：相手に向けて
身振り手振り

ロールプレイ

順番に朝のあいさつを練習しましょ。う。※5



チャレンジ

あいさつのポイントからいくつか選び、これから取り組むことを決めましょ。う。※6



振り返り・価値付け

相手の方を見てあいさつができていましょ。う。ね。
〇〇さんのあいさつで教室が明るくないましょ。う。ね。※7

子どもが、これから始める SST に楽しく参加できるように、学級の実態に合わせてゲームや話をしてウォーミングアップをしましょ。う。みんなが穏やかな気持ちでトレーニングに参加できるようにしましょ。う。

「あいさつ」について、子どもの実態に合わせて確認しましょ。う。子どもが「あいさつ」について、ポジティブに考えることができるようにしましょ。う。

※1 子どもからあいさつの種類がたくさん出てくるように促しましょ。う。「ご飯を食べる時のあいさつは？」など具体的に促してもよいです。

※2 担任が考える「あいさつのよいこと」を一つ紹介してから、子どもに問いかけてしましょ。う。

※3

1回目：声は小さく、姿勢も悪く、下を向いたましょ。う。(よくないモデル)

2回目：はっきりした声、笑顔、先生の顔を見て、お辞儀をしましょ。う。(よいモデル)

よくないモデルとよいモデルを示して違いに気付くことができるようにしましょ。う。

※4 表情や目線、姿勢や身振り手振り等、子どもの気付きを共有しながら、あいさつのポイントを確認しましょ。う。ポイントは板書や模造紙に残し、確認できるようにしましょ。う。

※5 ポイントを意識し、練習しましょ。う。一人一人のロールプレイの後に、よいところを伝え、フィードバックを行います。

(例) すてきな笑顔でした。

大きくはっきりとした声でした。

〇〇先生を見ていましょ。う。

名前を言ってあいさつしていましょ。う。

上手にあいさつができた友達に拍手を贈りましょ。う。

※6 チャレンジカードにシールやサインを書くなど、意欲的に実践できるような工夫をしましょ。う。継続して取り組んだことを認め、励ますことがとても重要です。

具体的に誰にどんなあいさつをするかを決めておくことで、取り組みやすくないましょ。う。

※7 できないことを叱るより、練習して、できたことを褒めることで、よりよいコミュニケーションの意欲付けを図り、子どもの健やかな成長につなげていしましょ。う。

2 上手に断る

SST 指導者（教師）

ポイント

ウォーミングアップ

おはようございます。
これから、ソーシャルスキル・トレーニングを始めます。
王様じゃんけんをします。先生とじゃんけんをして負けた人とあいこの人は座りましょう。最後まで勝ち残った人が王様です。

モチベーション

今日のテーマは「上手に断る」です。

友達に頼まれて、断りたいのに断れなくて困ったことはありませんか？※1

自分も相手も嫌な思いをしない上手な断り方ができるといいですね。

モデリング

あなたは、昨日、お母さんから「恐竜図鑑（〇〇〇）」を買ってもらい、夢中になって読んでいました。そこに、友達のA君が来て、「うわあ、おもしろそう。今日、この本かして。」と言いました。三つの断り方をやってみますので、よく見ててください。A君役はB先生にやってもらいます。※2

どのように違いましたか？※3

ポイント
表情：やわらかく
声：はっきり
目線：目線を合わせて
姿勢：相手に向けて
身振り手振り

ロールプレイ

上手な断り方を順番に練習してみましょう。先生がA君役をやりますね。※4



チャレンジ

今日のように、上手な断り方ができたときには、先生に教えてくださいね。※5

振り返り・価値付け

（数日後）うまく断ることができたことはありませんか？※6

子どもが、これから始める SST に楽しく参加できるように、学級の実態に合わせてゲームや話をしてウォーミングアップをします。みんなが穏やかな気持ちでトレーニングに参加できるようにしましょう。

断る時の気持ちや断りにくかった経験について、出し合います。断ることの難しさについて、共感できるようにしましょう。

※1 「強い言い方で断ってしまい、けんかになってしまったことはある？」「その時はどんな気持ちだった？」など具体的に聞くこともいいですね。

※2

1回目：「いやだよ。なんで貸さないといけないの。買ってもらえばいいでしょ。（強く断るモデル）」

2回目：「ええ…。うん。わかったよ。（従うモデル）」

3回目：「A君ごめんね。貸したいけれど、僕も、まだ読んでいないんだ。だから今日は貸せないよ。読み終わったら貸すよ。」（上手に断るモデル）」

一つずつモデルを示して違いに気付くことができるようにします。

※3 表情や声、目線、姿勢や身振り手振り等、子どもの気付きを共有しながら、上手な断り方のポイントを確認します。言われた時の相手の気持ちを考えることも大切です。

ポイントは板書や模造紙に残し、確認できるようにします。

※4 一人一人のロールプレイの後によいところを伝え、フィードバックを行います。

できないときは「パス」してよいことを伝えましょう。

（例）

すてきな笑顔でしたね。

相手を見ていましたね。

優しい伝え方でしたね。

上手な断り方ができた友達に拍手を贈りましょう。

※5 取り組んだことを認め、励ますとともに、継続して取り組むことが重要です。

※6 子どもから事例が出てこなかった時には、教師が見取った子どもの姿を伝えましょう。できないことを叱るのではなく、練習して、できたことを褒めることで、よりよいコミュニケーションの意欲付けを図り、子どもの健やかな成長につなげていきます。

3 仲間に入る

SST 指導者(教師)

ポイント

ウォーミングアップ

こんにちは。
これから、ソーシャルスキル・トレーニングを始めます。
少し体を動かしてみましょう。
まずは首を回します。
みんなでいっしょにやってみましょう。

子どもが、これから始める SST に楽しく参加できるように、学級の実態に合わせてゲームや話をしてウォーミングアップをします。みんなが穏やかな気持ちでトレーニングに参加できるようにしましょう。

モチベーション

休み時間に友だちと遊ぶ時、校外学習などでお弁当を食べる時、グループを作る時に、仲間に入ることを言い出せなくて、困ったことはありませんか。

「仲間に入る」について、その難しさなど、子どもの実態に合わせて確認します。

友だちと一緒に遊ぶために仲間に入る時にはどんな言い方がありますか※1

※1 「いろいろな言い方」を例示したり、子どもが発言するように促したりしましょう。



いろいろな言い方がありますね。

(例) 「いっしょに遊ぼう(〇〇しよう)」

「私もやりたい」「仲間に入れて」

「私も入りたいのだけどいいかな」

モデリング



二つの場面をやってみますね。※2

1回目と2回目はどのように違いましたか?※3

ポイント
表情：明るい笑顔
声：はっきり
目線：目線を合わせて
姿勢：相手に向けて
身振り手振り

※2

1回目：何も言えず黙っている様子。

もじもじして言い出せない。

(よくないモデル)

2回目：「私もやりたいから一緒にやらせて!」

優しく、相手を見て、笑顔で。

(よいモデル)

よくないモデルとよいモデルを示して違いに気付くことができるようにします。

ロールプレイ



順番に2回目のような言い方を練習しましょう。※4



※3 表情や目線、姿勢や身振り手振り等、子どもの気付きを共有しながら、仲間に入る時のポイントを確認します。ポイントは板書や模造紙に残し、確認できるようにしましょう。

※4 練習でも子どもは緊張します。心の準備ができた子どもから取り組ませ、担任がほめることで、温かな雰囲気をつくりましょう。

※5 一人一人のロールプレイの後によいところを伝え、フィードバックを行うことで、意欲も高まります。

(例) 優しい言い方でしたね。

〇〇さんを見ていましたね。

笑顔でお願いしていましたね。

上手に仲間に入る言い方ができた友達に拍手を贈りましょう。

チャレンジ



上手に言えるようになりましたね。
これから、上手にできたときに、先生に教えてくださいね。上手な言い方ができた友だちを見つけたときも、教えてくださいね。※6 ※7

※6 取り組んだことを認め、励ますとともに、継続して取り組むことが重要です。

※7 できないことを指摘するのではなく、練習して、できたことをほめることで、よりよいコミュニケーションの意欲付けを図り、子どもの健やかな成長につなげていきましょう。

振り返り・価値付け

数日後



皆さん、上手に仲間に入ったり、友だちを仲間に入れたりできていますか。※8

※8 数日後に、振り返り、確認して日々の取組を価値付け、励ましましょう。

※ 「仲間に入れて」と言われた時に、安心して仲間に入ることができるような答え方のソーシャルスキル・トレーニングもセットで扱うことができるようにしましょう。低学年は「まぜて」「いいよ」を繰り返し体験することも効果的です。次のトレーニングの題材として扱ってみましょう。

4 友だちをお願いする

SST 指導者(教師)

ポイント

ウォーミングアップ

これからソーシャルスキル・トレーニングを始めます。始めに〇〇ゲームをしましょう。(SSTの流れ参照)

子どもが、これから始める SST に楽しく参加できるように、学級の実態に合わせてゲームや話をしてウォーミングアップをします。みんなが穏やかな気持ちでトレーニングに参加できるようにしましょう。

モチベーション



今日のテーマは「友だちをお願いする」です。

一人ではできないことがあります、友だちに手伝ってほしい時には、どのようにお願いするとよいでしょうか。※1

お願いする時の言いにくさやお願いできなかった経験について、出し合います。難しさについて、共感できるようにしましょう。

※1 「なかなか言い出せなくて困ったことはある?」「その時はどんな気持ちだった?」など具体的に聞くのもいいですね。

モデリング



先生から、誰か友だちを呼んで二人で荷物を教室に運ぶように頼まれました。一人では運べないので、手伝ってもらう友だちを探さなくてはなりません。二つのお願いのし方をやってみますので、よく見ていてください。お願いされる友だち役はA先生にやってもらいます。※2

※2

1回目:何も言えず立ち尽くす。何とってよいかわからず小さな声で独り言のように言う。(よくないモデル)

A先生:お願いが伝わらない。

2回目:「先生から地球儀を運ぶように頼まれたから、一緒に運んでくれるかな。お願い。」(よいモデル)

A先生:「いいよ!」

どのように違いましたか?※3

ポイント

表情: やわらかく

声: はっきり

目線: 目線を合わせて

姿勢: 相手に向けて

身振り手振り

※3 表情や声、目線、姿勢や身振り手振り等、子どもの気付きを共有しながら、お願いする時のポイントを確認します。ポイントは板書や模造紙に残し、確認できるようにします。

※4 練習でも子どもは緊張します。心の準備ができた子どもから取り組みませ、担任がほめることで、温かな雰囲気をつくりましょう。

※5 一人一人のロールプレイの後に**よいところを伝え、フィードバックを行うことで、意欲も高まります。**

できないときは「パス」してよいことを伝えましょう。

(例)優しいお願いのし方でしたね。

笑顔で伝えていましたね。

上手なお願いのし方ができた友達に拍手を贈りましょう。

※6 取り組んだことを認め、励ますとともに、継続して取り組むことが重要です。

※7 **できないことを指摘するのではなく、練習して、できたことを褒めることで、よりよいコミュニケーションの意欲付けを図り、子どもの健やかな成長につなげていきましょう。**

※8 数日後に、振り返り、確認して日々の取組を価値付け、励ましましょう。

ロールプレイ



では、2回目のおお願いの仕方を順番に練習してみましょう。友だち役はA先生がやりますね※4



「手伝ってほしい」と言われた時には、できるだけ断らずに「一緒にやろう」と言えるといいですね。※5

チャレンジ



これから、上手にできたときに、先生に教えてくださいね。上手なお願いのし方ができた友だちを見つけたときも、教えてくださいね。※6 ※7

振り返り・価値付け



数日後

皆さん、上手に友だちをお願いしたり、友だちからお願いされたときに「一緒にやろう」と言ったりすることはできていますか。※8

※ 「友だちをお願いする」ソーシャルスキル・トレーニングと「お願いを引き受ける」ソーシャルスキル・トレーニングはセットで取り組むと効果的です。

5 困っていると伝える

SST 指導者(教師)

ポイント

ウォーミングアップ

これからソーシャルスキル・トレーニングを始めます。始めに〇〇ゲームをしましょう。(SSTの流れ参照)

今日のテーマは「困っていると伝える」です。

モチベーション



何か困ったことがあった時、皆さんはどうしますか？誰かに伝えることはできますか？※1

何か困ったことがあって、先生や友達に助けてほしい時には、どのように伝えとよいでしょうか。(どのように言うか・誰に言えばよいか)※2

モデリング



算数の授業が始まってから、三角定規を家に忘れたことに気がきました。三角定規を使って勉強するので、友達から三角定規を借りられそうありません。これから、2つの伝え方をやってみますので、よく見ていてください。困ったことを伝える子ども役を、A先生にやってもらいます。※3

どのように違いましたか？
A先生にやってみた感想を聞いてみましょう。※4

ポイント
表情：しんけん
声：はっきり
目線：目線を合わせて
姿勢：相手に向けて
身振り手振り

ロールプレイ



では、2回目の伝え方を順番に練習してみましょう。A先生にもう一度やってもらいましょう。※5

次は、みなさんの番です。できそうな人から挑戦してみましょう。※6



先生方が忙しそうに歩いている時でも、話しかけてよいですよ。「先生、少しいいですか？」と伝えるといいですね。※7

チャレンジ



今日の練習は、「何で困った時」「誰に伝える時」に使えそうですか？※8

振り返り・価値付け



とても上手に伝えられるようになりましたね。今日のように、困ったことがあった時は、ぜひ伝えてくださいね。上手な伝え方ができた友達を見つけたときも、教えてください。※9

子どもが、これから始める SST に楽しく参加できるように、学級の実態に合わせてゲームや話をしてウォーミングアップをします。みんなが穏やかな気持ちでトレーニングに参加できるようにしましょう。

※1 困ったことがあった時を振り返り、言いくさやお願いできなかつた経験について、出します。難しさについて、共感できるようにしましょう。

※2 「なかなか言い出せなくて困ったことはある?」「その時はどんな気持ちだった?」など具体的に聞くのもよいでしょう。

その上で「どのように言えばよいか?」「誰に言えばよいか?」と問いかけながら、本時練習する場面の状況を明らかにしていくとよいでしょう。

※3

1回目：A「何とってよいかわからず小さな声で独り言のように言う。」(よくないモデル)

担任：首をかしげながら通り過ぎる。

2回目：A「先生、少しいいですか?今日、三角定規を忘れてしまいました。貸してもらえませんか?」(よいモデル)

担任：「いいですよ(笑顔)」

※4 子どもの気付きを共有しながら、伝える時のポイントを確認します。

さらに A 先生に感想を聞く形をとりながら、子どもが難しさを感じる瞬間を取り上げ、改めて確認するきっかけをつくりましょう。ポイントは板書や模造紙に残し、確認できるようにします。

※5 A 先生にポイントを踏まえたよいモデルを見せてもらうことで、子ども達が安心して練習できるようにしましょう。

※6 練習でも子どもは緊張します。心の準備ができた子どもから取り組みませ、担任がほめることで、温かな雰囲気をつくりましょう。

※7 一人一人のロールプレイの後に**よいところを伝え、フィードバックを行うことで、意欲も高まります。**

(例) 困っていることが伝わる言い方でしたね。

※8 トレーニングしたことが使える具体的な場面を予想させることで、目標が明らかになり、意欲が高まります。

※9 **できないことを指摘するのではなく、練習して、できたことを褒めることで、よりよいコミュニケーションの意欲付けを図り、子どもの健やかな成長につなげていきましょう。**

※ 「困っていると伝える」ソーシャルスキル・トレーニングと「お願いを引き受ける」ソーシャルスキル・トレーニングはセットで取り組むと効果的です。



★ SSTでの学びを実生活につなげるために

SSTの時間には、生き生きと練習に取り組む子どもの姿が見られた一方で、その後の生活でSSTが活かされていないと感じることはありませんか？一度練習したからといって、すぐに行動できるわけではありません。でも、子どもの心の中には「やってみよう」という意欲があったり、勇気が出せなくて行動できなかつたりすることもあるのです。

★ 先生の「大丈夫だよ」が子どもの背中を押す

コミュニケーションの力を育てるためには、相手との関係性が大切です。だからこそ、「困っていても大丈夫」「失敗しても怒られない」という安心感の中で、何度も試行錯誤しながらコミュニケーションのスキルを高めていけるようにしていきましょう。そのためには、先生との信頼関係が欠かせません。大好きな先生に見守られ、「大丈夫だよ」「がんばっているね」と言葉をかけられた子どもは、自らSSTでの学びを生かして行動しようとしていくのです。



★ できない理由を一緒に考える

SSTでトレーニングしたのに、なぜ行動することができないのか。子どもにとって、学びを生かして行動することは、簡単なことではありません。そこで、先生と一緒に「どうすれば、できるか」を考えてみましょう。「恥ずかしくて言い出せない」のであれば、先生が「どうしたの？」と声をかけてきっかけをつくってあげる。「場面が変わる

と、分からなくなる」のであれば、隣にいて小声で教えてあげ、本人ができたらほめる。できない理由が明らかになると、子どもへの支援を具体的に考え、自信をつけてあげることができます。

★ 学びを生かすことができる場をつくり、ほめる

SST で学んだ後の数日間にフォローアップ期間を設け、少しでも行動できたら、ほめてあげることも大切です。あえて SST で学んだことを生かせる場を意図的につくり「行動しようとしたら」ほめてはどうでしょうか？ そうすることで、トレーニングした学びを生かそうと動きだし、実生活につながっていくきっかけとなるからです。何よりも、大好きな先生にほめられることで、自信になり、「もっと使いたい」「もっと上手になりたい」とさらに行動しようとする意欲が高まります。

★ 学校の教職員で「まなざし」を共有する

SST は教室だけではなく、子どもが生活するすべての場所や場面で使えてこそ意味があります。実は、SST を必要とする子ども達には、言しやすい先生と言にくい先生がいることがあります。「どうせ怒られるから言わない」と感じているとすれば、とて



も残念なことです。学校にいる教職員が同じまなざしで子どもを温かく見守り、行動しようとする姿をほめることがとても大切です。安心感に包まれた学校の雰囲気、SST での学びを実生活につなげることに繋がります。



撮影協力

福島大学大学院 人間発達文化研究科 特任教授 安部 郁子

福島大学大学院 人間発達文化研究科

福島県教育センター