

はじめに

ソーシャルスキルとは、「社会の中で人と関わる時に必要な技能」を意味しています。人と関わる時、私たちは相手に共感を示したり、相手の気持ちを察したりして行動しています。当たり前のことのように思えますが、私たちは、無意識のうちにソーシャルスキルを使いこなしながら生活しています。

とはいえ、私たちは、生まれもった能力としてソーシャルスキルを身につけているわけではありません。人との関わりの中で教わったり、観察したりすることを通して、少しずつ身につけていきます。

しかし、発達障害などの困難をもつ子どもたちには、なかなか年齢相応のソーシャルスキルが身につかないことがあります。家庭や学校、地域社会でも、うまく自己表現できないことがあるのです。

そうした子どもたちを対象にして、学校現場でソーシャルスキルを身につけるための指導を行います。これが、ソーシャルスキルトレーニング (SST) です。

本書では、日常の経験だけではソーシャルスキルを身につけにくい子どもを対象として、効果的なアクティビティを収集しました。アクティビティは、子どもの課題と併せて掲載しています。子どもの課題と段階を考慮した上で選択し、教室で実施してみましょう。

「人との関わり方が分かった!」
「自分のことが理解できた!」
「友だちとあそぶって、楽しい!」

人との関わり方が分かるようになれば、子どもたちの生活が変わります。その先の人生にも、きっと役立つものになります。よりよい指導を目指して、SSTの取り組みを始めてみましょう。

contents

はじめに 3

Introduction

指導にあたって

Point 1 SSTとは？	10
Point 2 なぜ、SSTが必要か？	11
Point 3 SSTの心得	13
Point 4 SSTの設定	14
Point 5 4種類のSST	16

Chapter 1

イラストから考えるモデリングあそび

言葉で伝えるあそび	1	何歳ですか？	18
	2	大丈夫？	20
	3	よい会話と悪い会話	22
言葉で選ぶあそび	4	挨拶の使い分け	24
	5	初対面の挨拶	26
	6	本音隠し	28
自分の感情を出すあそび	7	喜びの表現	30
	8	叱られたときの表情	32
友だちの感情に気付くあそび	9	表情に注目	34
謝るあそび	10	謝る練習 先生編	36
	11	謝る練習 友だち編	38
友だちを大事にするあそび	12	失礼な指摘	40
	13	お前のせいで	42
ルールやマナーを守るあそび	14	家に上がっていいの？	44
	15	マナー間違い探し	46
	16	順番抜き	48

生活を整えるあそび	17	待ち合わせの遅刻	50
	18	後ろをグルリ	52
授業態度を考えるあそび	19	授業中の砂いじり	54
	20	つられない勝負	56
		COLUMN 1 パペットの有効活用	58

Chapter 2

パペットを用いるロールプレイあそび

会話するあそび	21	友だちとの会話	60
	22	話が変わるんだけど	61
感情を読むあそび	23	寒いよ	62
	24	どうして叱られているの？	63
友だちと関わるあそび	25	痛いよ	64
	26	今回はいいけど	65
	27	うるさい！	66
言い方を考えるあそび	28	お菓子食べようよ！	67
	29	マンガを貸して	68
	30	私にも見せて	69
	31	からかうことの問題点	70
	32	友だちからものを借りる	71
自己主張するあそび	33	いじめへの反撃	72
	34	知らない人からの声かけ	73
授業中の言葉を考えるあそび	35	トイレに行きます	74
	36	分かりません	75
	37	僕を当てて	76
休み時間の言葉を考えるあそび	38	あそびに混ぜて	77
	39	や〜めた！	78
段取りを考えるあそび	40	掃除の段取り	79
		COLUMN 2 感情想像クイズ	80

Chapter

3

ソーシャルスキルを学ぶゲームあそび

目線を合わせる あそび	41	こっち向いてハイ	82
	42	先生が見ているものは？	83
本当の意味を 想像するあそび	43	感情想像クイズ	84
	44	冗談クイズ	85
	45	ジェスチャークイズ	86
	46	感情当てっこ	87
自己コントロール するあそび	47	袋に捨てよう	88
	48	呼吸くらべ	89
会話するあそび	49	お手玉会話	90
	50	相槌手拍子	91
	51	いいね～！	92
人と コミュニケーション をとるあそび	52	パーソナルスペース	93
	53	みんなでお絵かき	94
礼儀やマナーを 身につけるあそび	54	ありがとう勝負	95
	55	タイマーガマン	96
こだわりを緩和する あそび	56	中断ゲーム	97
	57	交換ゲーム	98
	58	怒らないゲーム	99
自己主張するあそび	59	やめて！	100
	60	返して！	101
		COLUMN 3 冗談クイズ	102

Chapter

4

ソーシャルスキルを活用するゲームあそび

教師の指示を よく聞くあそび	61	旗揚げゲーム	104
	62	紙芝居ダウト	105
	63	後出しジャンケン	106
	64	3つの中から考えよう！	107
	65	よく聞くクイズ	108
名前を呼ぶあそび	66	ネームコール	109
	67	風船バレー	110
	68	誰のタッチ	111
会話を楽しむあそび	69	カードトーク	112
	70	インタビュー	113
コミュニケーション をとりながら楽しむ あそび	71	仲間見つけ	114
	72	3ヒントクイズ	115
	73	透明キャッチボール	116
	74	かりもの競争	117
	75	言葉探しゲーム	118
ルールを守って 楽しむあそび	76	なんでもバスケット	119
	77	Sケン	120
	78	だるまさんが転んだ	121
こだわりを緩和して 楽しむあそび	79	何度でも椅子取りゲーム	122
	80	何度でも爆発！ 爆弾ゲーム	123
		COLUMN 4 ジェスチャークイズ	124

自己理解や他者理解を促すワークシートあそび

自分の感情に気付く あそび	81	怒りの温度計	126
	82	切りかえインタビュー	128
	83	私の気持ち	130
生き方を考えるあそび	84	人生曲線	132
自尊感情を高める あそび	85	私の自慢帳	134
	86	ビフォーアフター	136
自分自身について 考えるあそび	87	なんでもランキング	138
	88	自分キャラクター	140
	89	苦手リストと得意リスト	142
人との コミュニケーション を考えるあそび	90	挨拶コレクション 出会ったとき編	144
	91	挨拶コレクション 別れるとき編	146
	92	声のものさし	148
	93	感情の似顔絵	150
段取りを考えるあそび	94	スピードスター	152
	95	やること整理	154
意思表示する あそび	96	ヘルプカード	156
	97	クールダウンカード	158
他者との関係を考える あそび	98	プライバシー・サークル	160
	99	ほめ言葉の木	162
対話を楽しむあそび	100	ほめられ会話	164
	101	SSTすごろく	166
参考文献			168
おわりに			169

15 マナー間違い探し

背景となる困難 友だちの家で失礼なふるまいをする

ねらい 友だちの家にあそびに行って、トラブルを起こしてしまう子どもがいます。友だちの家に行ったときの基本のマナーを確認する必要があります。

①絵からマナーについて考える

この絵は、どのような様子でしょうか？ 友だちの家で楽しく過ごしているのですね。あれあれ？ いくつかのマナーの間違いがありますよ。何なのか、わかりますか？



ソファでとびはねている人がいる！

ソファでとびはねている人がいる！

②正しいマナーを実践する

黙って入ってきている子もいるよ。

勝手に部屋をのぞいている子もいる。

(確認後) やってはいけないことがわかりましたね。では、今確認したことを、この教室でやってみます。(教師がやってみせる) みなさんもやってみましょう。1人が家にいます。そのほかの人は、あそびに来た人の役をやりますよ。

おじゃまします。



ADVICE!

・解答は、「『おじゃまします』を言っていない」「靴を揃えていない」「勝手にものにさわっている」「あそぶ部屋以外に入っている」「ソファでとびはねている」です。

46 感情当てっこ

背景となる困難 ボディランゲージができない

ねらい 言葉によらない表現方法を苦手とする子どもがいます。ボディランゲージや表情がどのようなメッセージをあたえているかに気付かせます。

①教師のボディランゲージを読みとる

人の感情は、たくさんありますよね。ここに、感情を書いた紙があります。(一通り読み上げる) 先生がそれを引いて表現してみせるので、みなさんはその感情がどれなのかを当ててください。(カードを引く) クスン……。

おどろき？

違います。

悲しい？

正解！



②ボディランゲージを表現する

では、みなさんにもやってみましょう。やりたい人？ (挙手・指名)

わ〜い！ わ〜い！

うれしい？

正解！

(活動後) 人の感情は、いろいろありますが、それらは人の顔や、動きを見れば読みとることができますね。



ADVICE!

・カードに書く感情は、「悲しい」「楽しい」「うれしい」「おどろき」「怒り」「不安」「たいくつ」などがいいでしょう。

71 仲間見つけ

背景となる困難 話しかけるのが難しい

ねらい 言葉のやりとりを通して活動するあそびです。友だちが言ったことを聞き、その情報をもとにして自分の仲間を見つけます。

①背中にカードをぶら下げる

みんなの背中に、カードをかけます。背中にかけられたカードを見てはいけません。友だちのカードを見ても、何が描かれているのか教えてはいけません。ただし、同じグループの人を覚えてあげてもいいですよ。では、始めましょう。



そのカードは、佐藤さんと同じだよ。

②同じグループの友だちで集まる

(活動後) では、カードを見て、同じグループになっているかを確認しましょう。

同じ虫だから、成功だね。やった～！

大成功ですね。吉田さんは、言葉で上手に伝えることができていましたよ。



ADVICE! ・話すことが苦手な子どもが多い場合には、「AさんとBさんは同じグループです」というように、話型を決めておくといいでしょう。

96 ヘルプカード

背景となる困難 助けを求められない

ねらい 困難をもつ子どもは、学校での活動を理解することができず、混乱してしまうことがあります。それにもかかわらず、黙ってじっとしていることがあります。助けを求めたい状況を、カードを用いて意思表示します。

①カードを作成する

ヘルプカードは、助けてほしいときに、先生に見せます。そうすると、先生が助けてくれますよ。カードに、色を塗りましょう。

目立つように、明るい色にしておこう。



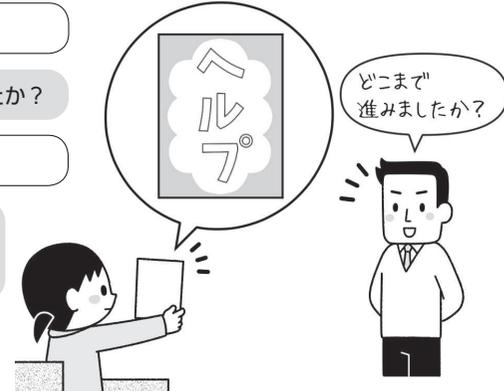
②授業中にカードを見せる

(授業中) 「ヘルプ」。

活動はどこまで進みましたか？

はじめの1問だけ。

……なるほど。では、次はこのようにやってみましょう。



ADVICE! ・カードはラミネート加工して、マグネットで机の側面に貼りつけておくようにするといいでしょう。