

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。

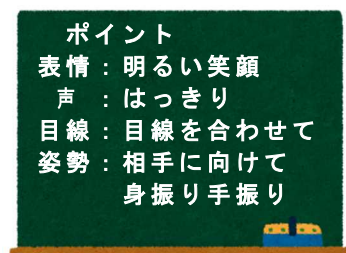
相手役や補助 (コリーダー) として一緒に取り組む教員が必要な場合は、事前に打ち合わせをしておくことが大切です。

※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!