

すまいるルームで行っているソーシャルスキルトレーニングを紹介します。

ソーシャルスキルトレーニングとは、

対人関係や集団生活を営みやすくするための技術(スキル)をソーシャルスキルといいます。そのスキルを習得するための指導がソーシャルスキルトレーニングです。

負けてもみんなと楽しく遊ぶソーシャルスキルトレーニング

の一部をご紹介します。

困った:**ゲームで負けると激しい怒りの感情がわいてしまって、みんなと楽しく遊べない。**



うまくいった:**ゲームで負けても、怒りの感情をコントロールして、みんなと楽しく遊べた！**

〈ソーシャルスキルトレーニングの内容〉

負けたときに「まあ、いいか。」と口にして、怒りの感情をコントロールすることをくり返し練習します。

例えば、じゃんけんを練習します。まず、大人が負けたときに、「まあ、いいか。」と言います。そして、次第に両者が「まあ、いいか。」と口に出すことをくり返します。お互いに言い続けることが大切です。「まあ、いいか。」と子どもが口に出せたら、ハイタッチするなどして、「まあ、いいか。」とすぐに口に出るようにします。

「失敗した」「失敗しやすい」場面をくり返し練習し、上手くいったら褒められるというパターンで学習を進めます。

上手くできたらシールを貼っていたりマークを付けたりして、できたことを「見える化」することで達成感を一層味わうことができます。

勝っても負けてもゲームを楽しめるようになると、生活がますます楽しくなりますね！

