

学校生活を楽しく過ごすためのスキルを身につけましょう！

## 小学生対象 学校生活スキルトレーニング＋ヨガプログラム（2020 年度）

### 参加児童募集のお知らせ

日頃、「落ち着いて勉強できない」「学校で友達とうまく関われない」「友達とトラブルがある」「先生の指示を聞いて行動することができない」「学校に行くことに不安がある」といった学校生活で苦戦している状況はありますか？

このような児童を対象に、『学校生活スキル』を習得するトレーニングを行います。また、気持ちや行動のコントロールと自分を大切にする姿勢を身につけるため、子どものためのヨガ（Kids Yoga）を合わせて行います。2020 年度、以下の日程で開催します。ご関心がある方はご連絡ください。

#### <スケジュールと内容>

日程 基本第 3 土曜日 10：30～12：00

**学校生活スキルトレーニング（45 分）＋休憩（10 分）＋ヨガ（30 分）**

日程	SST 内容・テーマ
4 月 18 日	自己紹介とゲーム
5 月 16 日	聴くスキル
6 月 20 日	仲間に入るスキル
7 月 18 日	授業場面で先生や友達の話聴くスキル
9 月 19 日	困っているときに助けを求めるスキル
10 月 17 日	温かい言葉をかけるスキル
11 月 21 日	謝るスキル&断るスキル
12 月 19 日	勉強の計画をたて実行するスキル
1 月 16 日	ストレスに対処するスキル
2 月 20 日	気持ちを表現するスキル
3 月 13 日 or 27 日	修了式

#### <注意事項>

※時間はおよその目安です。トレーニングの内容は、子どもの様子に応じて、適宜変更する可能性があります。

昨年度と同様の内容になっていますが、担当者が個別につき、子どもの状態に合わせて課題を調整します。

※新しいプログラムの開発、指導の改善と実践の評価のために、動画撮影、視聴させていただきます。また、個人が特定できない形で研究発表をさせていただく場合がございます。

※筑波大学心理発達教育相談室の相談区分の通り、以下の費用がかかります：初回（受理）面接 4500 円、検査面接 4500 円、集団面接 1300 円

※初めて参加されるお子さんには、初回面接（必要に応じて、検査面接も実施する場合もあります）を受けていただきます。集団プログラムの研究目的と照らし合わせ、場合によっては個別面接で対応させていただく場合やお受けできない場合がございます。

※なお、参加日数が 7 割以上できる方を優先してご案内いたします。

担当相談員：飯田順子・太田千瑞