

ソーシャルスキルとレーニングについて

中学生・高校生・大学生グループ

発達障害やその傾向のある中学生から大学生のお子さまに対して、話し合いのスキルを身につけた上で、様々な日常の問題を取り上げ、話し合いにより解決していくソーシャルスキルトレーニングを行っております。

成人グループ

発達障害やその傾向のある成人の方々に対して、様々な実生活での問題を取り上げ、①自分の意見を他者に伝える、②自己表現の機会を増やす、③話し合いにより問題を解決する、④人前で話す、という実践的なコミュニケーションスキルのトレーニングを行っております。

なお、2023年度は、中学生・高校生・大学生グループは、対面（筑波大学東京キャンパス）とオンライン（Teams）のハイブリッドで実施し、成人グループはオンライン（Teams）にて実施します。各グループの実施形態にご注意ください。

1. 日程

第2土曜日 14:00～15:30

日にち	Bグループ(*1)	成人グループ(*2)
5月13日	1回：自己紹介・Teams/ハイブリッド SST とは	
6月10日	2回：他者との適切な距離	1回：自己紹介・今年度の目標を立てる
7月8日	3回：タイムマネジメント	2回：話を聞く・質問に答える
8月	夏休み	
9月9日	4回：上手な頼み方・断り方	
10月14日	5回：SNS	3回：会話を始める・会話に入る
11月11日	6回：ストレス・コーピング	
12月9日	7回：上手な話の進め方（始め方・進め方）	4回：職場でのコミュニケーション
1月13日	8回：自己理解	
2月10日	9回：プレゼント	5回：自己紹介
3月9日	10回：修了式(*3)	6回：中高大学生グループへのスピーチ

*1 対人関係の問題だけでなく、生活全般に関わるライフスキルも取り上げていく予定です。

*2 全回を通して、「Bグループへのスピーチ」の内容を検討する予定です。

*3 保護者の方には、Bグループの修了式に同席していただくことも可能です。

担当相談員：熊谷恵子
Bグループ：飯塚朱里・佐藤亮太郎
成人グループ：荘司さやか