

SST (Social Skills Training) の理論と実際

公開講座実践報告

Theory and practice of SST (Social Skills Training)

— Public lecture practical report—

田中 育子 赤間 公子

I はじめに

コロナ禍のため中断していた幼児教育学科の公開講座を昨年（2023年）から再開することができ、今年は「SST（ソーシャルスキルトレーニング）の理論と実際～SSTの実践を通して、小集団での子ども同士の関りについて学びましょう～」と題して6回コースで実施した。（図1）

募集対象は本学周辺の保育所・療育センター・関係機関とした。

図1 「SST（ソーシャルスキルトレーニング）の理論と実際」の概要

信州豊南短期大学
幼児教育学科 公開講座

「SST（ソーシャル・スキル・トレーニング）の理論と実際」
～SST の実践を通して、小集団での子ども同士の関わりについて学びましょう～
全6回コース

講座の内容

今年の公開講座は、第2回目から6回目までの5回は、子どもさん達に参加していただき、SSTグループ活動の実践を行います。その後、受講生の皆様にカンファレンスを行います。第1回目はSSTの理論と活動の準備、第6回目は、グループ活動終了後に全体の振り返りを行います。

行動特性への気づきや、遊びの意味、子ども同士の関わりなどについて、振り返り検証してみましよう。そして子どもへの理解を深め、ソーシャルスキルについて一緒に学びましよう。

開催日時と内容

日 時	内 容
第1回目 8月5日(木)午後 1時～2時 30分 午後 1時～2時 30分 SST 講座	SST の理論を学び、グループ指導の準備
第2回目 9月9日(土)午後 1時～3時 午後 1時～2時 SST 午後 2時～3時 カンファレンス	SST 実施①のカンファレンス テーマ：集団行動・社会的認知(初めての集団の中でルールのある活動に参加する)
第3回目 10月7日(土)午後 1時～3時 午後 1時～2時 SST 午後 2時～3時 カンファレンス	SST 実施②のカンファレンス テーマ：セルフコントロール(自分の情緒や行動の特性を知る)
第4回目 11月11日(土)午後 1時～3時 午後 1時～2時 SST 午後 2時～3時 カンファレンス	SST 実施③のカンファレンス テーマ：コミュニケーション(他者を意識することによって自分に気づく)
第5回目 12月2日(土)午後 1時～3時 午後 1時～2時 SST 午後 2時～3時 カンファレンス	SST 実施④のカンファレンス テーマ：仲間意識(みんなで力を合わせること)
第6回目 12月9日(土)午後 1時～3時 30分 午後 1時～2時 30分 SST 午後 2時 30分～3時 30分 まとめ	SST 実施⑤のカンファレンス テーマ：クリスマス会を楽しむ(一緒に活動することを楽しむ、楽しむ)

II ソーシャルスキルトレーニングとは

ソーシャルスキルとは、普段の生活の中で、他者との関係や集団活動・集団活動に順応・適応して社会生活を送るために必要な技能である。情緒のコントロールをしながら、一緒にの集団に属する大人や子どもと関わる中で、協力し合い、一つの目標を達成すること、楽しく遊ぶ中で人と仲良くするためにはどういうことが必要かといったことを準備された環境の中で、個々の子どもの目標を設定し、様々な楽しい活動を通して自己肯定感を高めようという取り組みである。

OECD(経済協力開発機構)では「情動の制御」「他者との協働」「目標の達成」というスキルを「社会情動スキル」として、学力や知的能力といった認知的スキルとは区別している。バランスのとれた認知的スキルと社会情動スキルは子どもが人生において成果を収め、社会進歩に貢献するために必要(OECD 2018)と記している。

社会情動スキル＝非認知的能力は、発達特性の有無にかかわらず、ストレスの多い現代社会を生き抜く上で重要な力となる。

III 活動の概要

1 参加者

集団を意識する仲間意識が育つ4歳以降であると、発達の特性が顕在化されやすく個々の活動目標も設定しやすいが、今回は申し込まれた子どもは表1のとおりであり、年齢的にも発達のにもばらつきが見られた。そのため、まずは一人ひとりのソーシャルスキルにつながる行動特性を観察しながら、活動メニューを考え、活動後のカンファレンスを丁寧に行う中で、個々の子どもの目標を捉えなおしながら、計5回の活動を行った。

子どもたちの体調・保護者の都合等で毎回同じメンバーになることがなく、直前にメニューの変更を余儀なくされたこともあった。

参加者の内訳は、下記の通りである。(表1)

表 1 参加者の内訳

大人	現役の保育士	4 名	1 2 名
	子どもに関わる仕事に従事している人	6 名	
	かつて子どもに関わる仕事に従事していた人	2 名	
子ども	2 歳児	1 名	6 名
	4 歳児	3 名	
	7 歳児（小学 1 年生）	2 名	

2 第 1 回目 「SSTの理論を学び、グループ指導の準備」

資料を基に、赤間が講義を実施した。

＜講義内容＞

- ① SSTとは～その考えのもとにあるもの～
- ② SSTのねらい
- ③ 実践に向けて～活動の設定 セラピストのセルフチェック 技法～
- ④ SSTの効用について
- ⑤ 実践に向けての準備（役割分担、遊びの設定等）

表 2 回数	第 2 回目～第 6 回目の活動メニュー	内 容
第 2 回 (9/9) 参加児童 (4 名)	テーマ：集団行動・社会的認知 (初めての集団の中でルールのある活動に参加する)	1 はじめのあいさつ 2 絵本 3 引越ゲーム 4 休憩（おやつタイム） 5 新聞遊び 6 おわりのあいさつ
第 3 回 (10/7) 参加児童 (3 名)	テーマ：セルフコントロール (自分の情緒や行動の特性を知る)	1 はじめのあいさつ 2 触ってみよう (感覚遊び) 3 玉入れゲーム 4 休憩（おやつタイム）

		5 引越ゲーム 6 絵本 7 おわりのあいさつ
第4回 (11/11) 参加児童 (4名)	テーマ：コミュニケーション (他者を意識することで自分に気づく)	1 はじめのあいさつ 2 玉入れゲーム (前回の改良) 3 休憩 (おやつタイム) 4 引越ゲーム (前回の発展内容) 5 絵本 6 おわりのあいさつ
第5回 (12/2) 参加児童 (2名)	テーマ：仲間意識 (みんなで力を合わせる)	1 はじめのあいさつ 2 手遊び 3 クリスマスツリー製作 4 休憩 (おやつタイム) 5 黒ひげ危機一髪ゲーム 6 絵本 7 おわりのあいさつ
第6回 (12/9) 参加児童 (6名)	テーマ：クリスマス会を楽しむ (一緒に活動することを喜び楽しむ)	1 はじめのあいさつ 2 クリスマスツリーを みんなで飾ろう 3 椅子取りゲーム 4 サンタさんからの プレゼント 5 休憩 (おやつタイム) 6 絵本 7 メダルのプレゼント 8 おわりのあいさつ



(新聞遊び)



(感覚遊び)



(引越ゲーム)



(玉入れゲーム)



(クリスマスツリー作成)



(絵本)



(黒ひげゲーム)



(クリスマスツリー飾付)



(椅子取りゲーム)



(サンタさんからプレゼント)



(おわりのあいさつ)

3 カンファレンス

プログラム終了後、下記のようにカンファレンスを約1時間実施した。

《カンファレンスプログラム》

- 1 はじめのあいさつ
- 2 各子どもの行動の様子と振り返り
- 3 次回に目標について話し合う
- 4 おわりのあいさつ



4 カンファレンス～児童の変容～

カンファレンスにおいて、子どもの初回と最終回の行動をまとめたものが右記の表である。

表3 SSTを通じた子どもの変容

	初 回 の 様 子	最 終 回 の 様 子
K児	<ul style="list-style-type: none"> 初めての環境に落ち着かず。椅子に座ることがなかった。 その場にいる「人」よりも、「物」に興味を示して、見たり触ったりを繰り返していた。 	<ul style="list-style-type: none"> 椅子に座っている時間やみんなと一緒に過ごす時間が多くなった。 みんなの中にいたいという気持ちが出てきて、その場の一員という意識が出てきた。
H児	<ul style="list-style-type: none"> 保護者から離れることができず、表情があまりなかった。 年齢相応の発達があった。 	<ul style="list-style-type: none"> 保護者から離れ、一人で椅子に座れるようになった。 笑顔や発語が増え、他の子どもと関わりを持とうとしていた。
M児	<ul style="list-style-type: none"> 参加する前は、発語が全くなかったが、今日は話が止まらなかった。 どの場面でどのような言葉を使うかということが理解できてなかった。 	<ul style="list-style-type: none"> ルールを繰り返し説明して、その都度実際にモデルを示すことで、理解が深まっていた。 自分から、会場にいる子どもや大人全員に、お別れのタッチをしにいった。
N児	<ul style="list-style-type: none"> 最初は少し泣いて、保護者とともに参加した。 ゲームの理解が少しできると、その場にいることはできた。 	<ul style="list-style-type: none"> 保護者と離れて、積極的に参加するようになった。 ほかの子どもの動きを見て自分から真似をして、楽しんで参加することができるようになった。
Y児	<ul style="list-style-type: none"> 積極的に参加していた。 年齢相応の発達があった。 	<ul style="list-style-type: none"> 周りの子どもたちと、年齢相応に協調するような関わり方になった。
A児	<ul style="list-style-type: none"> 周りの様子を見ながらも、楽しんで参加していた。 座っていることは苦手ようだが、年齢相応の発達があった。 	<ul style="list-style-type: none"> 周りの子どもの影響を受けて、その場に合った行動をするようになった。

IV 参加者のアンケートのまとめ

参加者からのアンケートをまとめると以下のとおりである。

1 指導者

【設問1】今回ソーシャルスキルトレーニングの講座に参加しようと思った理由

- ・小集団での活動の進め方や取組を勉強したいと思った。
- ・ソーシャルスキルトレーニングに興味があった。
- ・さらに学びたくて、参加した。
- ・仕事でソーシャルスキルトレーニング（中～高学年グループ・個別リハビリテーション）をすることが多いが、実技を学ぶ機会が少なく、学びたいと思った。

【設問2】受講して気づいた点や感想

- ・月に1回ではあるが、子どもたちの成長をみることができた。
- ・子どもの様子をみんなで話し合っ、計画を立てて反省する流れが、より良い活動にしていくことができたと感じた。
- ・さまざまな立場の先生方がいることで、よりたくさんの気づきがあった。
- ・子ども同士の関わりを注意してみることができたので、新しい気づきがあった。
- ・ねらいをもって設定をし、活動を行う、そしてカンファレンスで様々な方の視点からの気づきを聞くことができ、勉強になった。
- ・一人ひとりに合った声掛けする大切さを感じた。
- ・5回を通して、こどもの変化（対人面、活動への参加意欲など）を感じることができた。
- ・子どものタイプ、年齢がバラバラの中で声掛け、活動の内容を考えることは難しいが、先生たちの姿を見て勉強になった。
- ・回数を重ねるごとに子どもたちの姿に変化があり、ねらいを持って活動を設定する楽しさがあった。

- ・ソーシャルスキルトレーニングをするにあたって、子どもの発達段階に大きく差があると活動の設定に難しさがあると感じた。

【設問3】受講された中で、今後の仕事や生活で活かせる点

- ・活動を設定し、実践し分析するということを繰り返し、子どもの姿を正確に捉え、その姿に合わせて活動を展開していくことは日々の保育の中で活かしていきたい。
- ・子どもの実態の把握の仕方
- ・計画して実践すること
- ・ソーシャルスキルトレーニングとしての関わりの見方
- ・普段の保育の中で、年齢の発達を捉え直すこと。そして、ねらいを持って活動することを今後いかしていきたい。
- ・小さい子どもと交流会などする機会があれば、会のメニューの立て方、進行の仕方など参考になった。

【設問4】今後、参加したい講座

- ・実際に子どもがいる中で、実践することで、より理解できるので、実際に子どもと取り組めるもの
- ・子どもへの理解、子どもとの接し方
- ・玩具の作り方
- ・子どもに合った玩具の選び方や遊び方
- ・また、ソーシャルスキルトレーニング講座をお願いしたい。
- ・家庭の在り方が多様化しているので、家庭支援の講座があるとうれしい。

【設問5】参加しやすい曜日や時間など

- ・土曜日・日曜日
- ・平日午後

2 保護者

【設問1】今回ソーシャルスキルトレーニングの講座に参加しようと思った理由

- ・チラシを見たから

【設問2】受講しての気づいた点や感想

- ・子どもと一緒に参加させていただき、子どもがとても喜んでいた。
- ・回が進むにつれて、座ってられる時間が増え、最終日のクリスマス会は、ツリーの飾り付けは集中して、友達と一緒に参加できていた。
- ・クリスマスに興味がわき、普段でもツリーの絵を見て指差し嬉しそうにしていた。
- ・保育所の加配保育士のように毎回付き添ってくれた学生さんにも、回を増すごとにスキンシップが増え、信頼関係が築けた気がする。

【設問3】この先の子どもへの関わりなど子育ての上で活用できること

- ・以前から、先生に見通しがたつこと、繰り返すことで生活が安定することを教えていただいた。今回、参加することで、身に染みてわかったような気がする。
- ・先生から教えていただいた多くのことが、こういうことだったのかと実感する日々である。
- ・一緒に活動することを喜ぶこと、楽しむことを実践できたらよいと思う。

【設問4】今後、参加したい講座

- ・このようなソーシャルスキルトレーニング
- ・子育て講座
- ・療育講座

【設問5】参加しやすい曜日や時間など

・子どもと一緒にであれば、平日夕方・土曜日・日曜日

IV まとめ

今回の講座では、参加した子どもが少なく、年齢も異なり、発達的な配慮を必要とする子どもとそうではない子どもとで構成されていたため、活動内容や子どもたちの様子は想定外のことも多かった。しかしながら、観察者として参加された方々は現役・元保育士で、療育に携わるセラピストであったので、各回の遊びの担当を積極的に引き受けてくださり、工夫を凝らして実践してくださった。

主催者の講座のねらいである、受講者にSSTについての知識を持っていただき、その重要性に気づき、子どもたちと関わる時の一つの視点に加えていただきたいという点においては、各回実施後のカンファレンス等で確認でき、達成したと考える。

理論と実際と題して行ったが、実際の理論を実践するには、入念な準備とカンファレンスの充実とが必要であった。その点においては、時間の制約も参加者の参加状況等もあり課題が残る。

SSTの理論を広めるという点においては、もう少し参加者数が必要であったと考える。募集期間や募集の方法等は、今後の課題である。

付記：実施に当たり、幼児教育学科の学生のご協力をいただきました。ここに謝意を表します。

参考：引用文献

経済協力開発機構（OECD）無藤隆／秋田喜代美〔監訳〕（2018年）社会情動的スキル 明石書店

佐々木晃著（2018年）0～5歳児の非認知的能力 チャイルド社

岡田智/愛下啓恵/安田悟編著（2021年）幼児と小学校低学年のソーシャルスキル 明治図書

越川一恵/山口麻由美監修（2018年）ソーシャルスキルトレーニング事例集 池田書店

小椋たみ子/遠藤利彦/乙部貴幸著（2019年）言葉・非認知的な心・学ぶ力 中央法規

NPOフットーロLD発達相談センターかながわ編著（2010年）SSTワークシート自己認知・コミュニケーションスキル編 かもがわ出版

NPOフットーロLD発達相談センターかながわ（2010年）SSTワークシート社会的行動編 かもがわ出版