



あけましておめでとうございます。本年もよろしくお祈りします。
新しい年が、お子様ならびに保護者の皆様にとりまして笑顔がたくさん的一年と
なりますよう、指導員一同、心よりお祈り申し上げます。
それでは、今月も教室のトピックスをたくさんお届けします。ご覧ください♪

12月のトレーニングの振り返り

- 12月1日～ 対人関係 危険を避ける
- 12月7日～ 読む・書く 名前
- 12月14日～ 地域生活 交通ルール
- 12月21日～ 聞く・話す 読み聞かせ

12月3日 SST「危険を避ける」

【危険回避グッズ】

危険を避ける、安全を守るためのグッズをオリジナルで考
え、発表するトレーニングです。
始めに暗い場所で自転車にのっている場面で必要な物など、
既存のアイテムを考えています。ライトを選んで「電気をつ
ければぶつからない」、「歩行者がわかりやすくなる」
など理由も発表する姿が見られました。オリジナルグッズ
も火を消す道具や生活を楽にする道具などを考えられまし
た。

12月10日 SST「名前」

【ことばづくり】

自分の名前の平仮名を用いて、テーマに沿った単語を考え
るペア活動です。「か」からはじまる食べ物や「ぞ」から
始まる動物など、それぞれのテーマでペア活動を行ってい
ます。年下の友達に「いいね」と声を掛ける場面も見られ
ました。

12月16日 SST「交通ルール」

【私の免許証】

世界の安全対策クイズ、ホワイトボードのイラストを見て
同年代の友達と危ない箇所について意見を出し合う課題、
さらに免許証に記載されていることを確認し、自分だけの
免許証の作成をしています。自分の意見を言うのが苦手な
人も、友達の話聞いて自分の意見を伝えるなど、模倣し
て学習することができていました。免許証作りでは、車を
運転する際のルールとして、「あおり運転しない」などの
意見が出ていました。

★教室からのお知らせ★

①SMSにつきて

現在、メールや電話だけでなく、ショートメッ
セージサービス（以下SMS）を利用してのお知らせ
をお送りする機会が増えております。
SMSのご利用につきまして、注意事項がございま
す。

SMSはハッピーテラスからの送信専用になります。
直接ご返信されても確認することができません、
ご不明点・確認事項がある方はメール
（nakano@happy-terrace.com）や電話をご活
用ください。

よろしくお願いいたします。

★教室からのお知らせ★

②実績記録票につきて

毎月月初に郵送にて、実績記録票を送付させてい
ただいております。お手元に届きましたら、押印
の後、ご提出ください。

また、欠席時対応加算の発生日にも出席時と同様
に押印をお願い申し上げます。

大変お手数ですが、よろしくお願いいたします。

★教室からのお知らせ★

③オンライントレーニングにつきて

東京での感染拡大、緊急事態宣言の決定方針を受
けまして、公共交通機関の使用など、来所への不
安があるかと存じます。

ハッピーテラス中野では、換気・除菌作業など、
感染対策をしながら通常開所していく方針です。
引き続き、手洗い消毒体温測定をお願い致します。
また、現在ハッピーテラス中野ではZOOMによる
オンライントレーニングを継続して行っておりま
す。アンケートでも、ご好評の声をいただいでお
ります。個別トレーニングが中心になりますが、
ご希望者が増えればペアや小集団でのトレーニ
ングも可能です。ご希望・ご不明点のある方はご連
絡ください。

★1月のトレーニングの予定★

- 1月7日～ 聞く・話す「自己紹介」
- 1月12日～ 地域生活「電話」
- 1月18日～ 対人関係「気持ちを表す」
- 1月25日～ 聞く・話す「言葉を増やそう」

これまでのコラムでは主に、アサーションの思考について触れてきました。いよいよ今回からは、アサーションな表現について見ていきたいと思います。まず、最初に取り扱うのは言語表現、その言葉です。アサーションもコミュニケーションの手法である以上、大きく分けて言語的なものと、非言語的なものがあります。今回は、導入として、会話を始めたり、加わったりする場面を例に、メンテナンス（関係維持）のアサーションのポイントを3つに絞って説明していきます。

①会話を始め、会話に加わるには

人それぞれにやり方があると思いますが、一般的に【挨拶】・【自己紹介】・【相手の名前を呼ぶ】・【質問をする】・【自分の意見を言う】・【話題をふる】などが方法として挙げられます。

上記方法の中で多くの方が難しいと感じるのは【質問をする】と【自分の意見を言う】かと思われます。何故なら他の方法と比較して、決まった言い回しが少なく（自由度が高い）、相手の出方によって、表現を臨機応変に調節していくことが要求されるからです。

これに関しては自分の関心のあること・訊きたいことを念頭に置いた上で、次に相手が得意なこと、興味を持っていることについて投げかけると良いでしょう。

質問をする際の例としては、「〇〇さん、△△がお好きとお聞きしました。私も△△に興味があるんですけど、何かおススメとかありますか？」という感じです。

質問には良い点もあって、ほぼ100%何かしらの返答が得られるという性質上、会話が続きやすいため、関わりの初期段階で用いる方法とは安全性が高いです。

続いて、【自分の意見を言う】に関しては話題についての意見を示すだけでなく、自分の気持ちや状況を盛り込むことで、話の輪に加わりやすくなります。

例としては、「私も、その件に関しては賛成です。ただ、私としては▲▲が、もう少し××だと助かりますが…」という感じです。

特に日本人は、加わる際にもじもじしてしまう傾向が強いようですが、率直に「入りたいのですが、入れていただけませんか」と、伝えた方が相手に分かりやすいため、良い結果が得られることが多いです。

合わせて、多くの方が集まる場では、ふだんよりも多少大きな声を意識すること、一度上手くいかなくてももう一度挑戦する気持ちを持つことが重要です。存外、賑やかな声で聞こえていなかっただけ、というのでもまあるものです。

②会話を続けていくには

前項と同様に、個人で様々な方法はあるかと思われませんが、【話の内容に変化を加える】、【話題（テーマ）を変える】が、方法として挙げられます。これらは即ち、内容が固定化せず、常に流動的で新鮮な状態を保つことが、会話の継続にとって重要であることを表しています。

やっと思いがちなのが、「話の方向と異なることを言うてはならない」という思いから、類似した内容で話をしがちです。それではいずれ話が尽きてしまいます。勿論、何かしら結論を出したり、問題解決を目的とした場面では、話があちこちに飛んでしまう事は好ましくありません。人間関係を円滑にする場面では、様々な見解や思考、感じに触れていくことが重要です。

合わせて話題を変えることも会話の継続にとって、大変重要です。言うまでもないことですが、一つの話題で話せることには限界があります。

皆様もご経験があるかと思いますが、会話の中で一段落した際には、ちょっとした間が生まれます。その際は、新たな話題を持ち出すチャンスです。具体的には、「前々からお話したいと思っていたのですが…」、「この間、テレビで見たんですけど…」、「そういえば最近…」などです。

対象と場面から選択できるように、いくつかのパターンを用意しておくとも良いかと思われます。合わせて自身が話題を持っておくことは、話を求められた際にも活かせるため、普段から自身の興味のあることや、多くの人に向けて話せる話題を用意しておけるようある程度の知識を得ておくことも大切です。