



新年度を迎えて1ヵ月が経ちましたね。いかがお過ごしでしょうか。
療育に関してのお悩みなどがありましたら、お気軽に教室職員までお声かけください。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♪

柏教室 4月のトレーニング紹介 ちょっと大人の工作「ペン立て作り」

4月の柏教室のトレーニングでは、「見た目をおしゃれにかっこよく」「大人になっても使えそう」をテーマにいつもの工作より見た目も作り方もちょっと大人の工作イベントとして「ペン立て作り」を行いました。

①から⑥の行程が多い手順書を見ながら、作業に取り組んでいます。厚紙の大きさに合わせて布を貼り、丈夫にしてからボトルに貼り付けたり、ボトルの形状に合わせて布やマスキングテープをつけるなど、手先を使う細かな作業にチャレンジしています。

手先を使う作業の中で、上手く貼り付けることができずに苦戦する様子が見受けられる場面もありましたが、手順書を確認したり、指導員のアドバイスを受けながら丁寧に作業を進めることができました。

1つ目のペン立てを作り終えた生徒は、2つ目のペン立て作りに取りかかり、1つ目の作業で取り組んだことや指導員のアドバイスを活かしながら、黙々と作業を進めることができました。

作業に不安がある際や、手順が正しいかの確認を指導員にしながら、最後まで集中して作業に取り組んでいます。作成したペン立てを2つ連ねてたくさん入れることのできるペン立てを完成させたり、1つひとつ使う相手をイメージした色を使って2つ完成させたりなど、各々オリジナルのペン立てを作り上げることができました。



柏Ⅱ教室 4月のトレーニング紹介 ICTトレーニング「iPadイベント」

今回は、4月に2日間行いました「iPadイベント」についてご紹介していきます！
平日にも「ICTトレーニング」という形で、パソコンやiPadを使用した集団トレーニングを実施しておりますが、iPadを使って楽しい遊びができないかという思いから、レクリエーションとして楽しみながら、iPadの使い方を覚えられるようなトレーニングを実施しました。

まず1, 2コマ目を使って、「写真で撮った場所はどこでしょう？」というクイズ式のゲームを行いました。1コマ目に、【写真を撮る側】と【写真を見て答える側】の2つのグループに分かれて、教室の中にある物の中から、クイズにしたい場所3枚を撮影しました。教室の後ろにあるマットをアップで撮ってから、少し離してややわかるように撮ったりと、指導員が見ても「なんだこれは!？」となるような撮り方ができていました。その後、撮った写真を答える側が見て、「あそこだったかも!」と教室の中のどこなのかを予想して、楽しみながらクイズに答えていました。

3コマ目では、「ラウンジ」というツールを使って、iPadでお絵かきゲームを行いました。出題者がランダムで選ばれ、絵を描くお題を決めます。その後30秒でお題の絵を描き上げていき、途中で「挙手」のボタンを押して、何の絵を描いているのかを答えていきます。出題者が描いている途中に「わかった!」とボタンを押して、見事に正解を答えることができた場面もありました。
今月の木曜日にも週間テーマに沿った「ICTトレーニング」でiPadなどを使った活動を行っておりますので、こちらへのご参加もお待ちしております!!





第12回 非言語的なアサーション（感情表現編①）

今回からは、非言語的なアサーションの中の感情表現についてご紹介していきます。

一般的に「感情表現」と聞くと、言語での表現を思い浮かべる方が多いかと思われます。特に他者と顔を合わせての対人コミュニケーションの場面では、非言語的な表現が極めて重要な働きをしています。

具体的には、「嬉しい！」と感じたときに、言葉でのみ「嬉しいです」と伝えても、声の調子や表情、身振りなどが、嬉しさを伴うものでなければ、嬉しい気持ちは適切に伝わりにくいことが予想されます。このことを踏まえて、感情表現のポイントについて、ご紹介していきます。

◆感情に善し悪しは無い

仮に、喜怒哀楽を【善い感情】と【悪い感情】に分けるとすると、どう振り分けるでしょうか。

恐らく多くの方が【善い感情】を「喜」と「楽」、【悪い感情】を「怒」と「哀」と分けるのではないのでしょうか。

上記のように分けること自体は、非常によく分かりますが、厳密に言うと、正解ではありません。これは、私がよくアンガーマネジメントを担当するときに説明することなのですが、感情それ自体には、善悪はありません。

では、何故多くの方が冒頭のように、「喜」と「楽」にプラスイメージを持ち、「怒」と「哀」にマイナスイメージを持つのはなぜでしょうか？

答えは単純です。その感情に伴って起こる行動が、「喜」と「楽」では、世間一般的に善い行動が多く、「怒」と「哀」では、世間一般的に悪い行動が多いからです。

しかし、それらのイメージは、あくまで感情の結果で起こってくる行動に対してのものであり、感情そのものには、本質的には善も悪も無いのです。

それにも関わらず、私たちは表出して「良い感情」と、「そうでない感情」、「言ってもいい人」と「そうでない人」などを区別し生活しています。その結果、上手く自分の想いを伝えることができず「本当はあの時、～だった」というような事態が起こってきます。

このような観点からも、本来は、感情を表現すること自体は制限されるべきではないように思います。しかしながら、先にも書いた通り、感情のまま不適切な言動で表出してはマイナスイメージを持たれてしまいます。そのため、真に重要なのは、「**表出をした結果、相手を侵害することが無いこと**」、そして、「**それを受けての相手の感情も何らかの形で受け止めていくこと**」が重要なのです。

いかがでしたでしょうか。今回は導入として、感情の良し悪しについて、少し詳しく説明させていただきました。

次回も引き続き、非言語的なアサーションの感情表現のポイントについてご紹介いたします。